

## ***Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей***

- родительские собрания: «Значение режима для здоровья и развития ребенка», «Прогулка как средство укрепления здоровья дошкольника»;
- мастер-классы: «Игры нескольких поколений», «Пальчиковые игры для детей дошкольного возраста», «Школа мяча», «Мама, папа, занимайтесь со мной!»;
- консультации: «Физкультурный уголок дома», «Как организовать прогулку на свежем воздухе», «Здоровьесберегающие технологии на логопедических занятиях», «Зачем нужно закаливание?»;
- дискуссии: «Нужен ли режим, когда ребенок дома?», «Целебный сон, или еще раз про режим»;
- деловые игры: «Когда пора менять режим», «Режим дня в детском саду и дома», «Выходной: развлекательный центр или прогулка в парк?», «Почему все знают, что вредно для здоровья, но не соблюдают требования?»;
- маршруты выходного дня: «Прогулка в лес на лыжах», «Катание на коньках», «Скандинавская ходьба», «Бассейн», «Велопрогулка»;
- фотопортаж: «Мама, папа, я – спортивная семья»;
- физкультурный досуг: «Мама, папа, я – физкультурная семья!»;
- участие в городских спортивных мероприятиях;
- буклеты;
- памятки;
- тематические аудиозаписи.

Решение задач физического воспитания невозможно без организации разнообразных форм двигательной деятельности детей: физкультурных занятий, утренней гимнастики, подвижных игр, спортивных упражнений, туристских прогулок, физкультурных досугов и праздников и т.д. При этом важно понимать, какие упражнения полезны для детей дошкольного возраста, а какие могут нанести вред детскому здоровью/