**Консультация для родителей "Дети и телевизор". Старшая группа**

Сейчас в каждом доме есть телевизор. Взрослые смотрят различные телепередачи на кухне, в спальне. Вместе со взрослыми дети проводят время перед телевизором смотря самые различные по содержанию передачи: новости, сериалы, шоу, а также имеют право на просмотр мультфильмов.

**Чем вреден просмотр телевизора для детей?**
• Отрицательное влияние на органы зрения. Просмотр телевизора способствует снижению зрения, цветоощущения.
• Отрицательное воздействие на нервную систему. Это и недоразвитие корковых отделов головного мозга, и развитие гиперактивности, нервного возбуждения. В отличие от взрослого организма, детский организм не отдыхает перед телевизором, а наоборот переутомляется.
• У детей младшего возраста отмечается задержка становления речи, дети испытывают трудности с произношением звука.
• Нарушение общения, агрессивное поведение.
• Телевидение может провоцировать развитие страхов, ночных кошмаров.
• Ребенок может испытывать проблемы с моторикой.
• Просмотр телевизора в неправильной позе может провести к нарушению осанки. Также у детей, часто просматривающих телевизор, отмечается недоразвитие мышечной массы.
• Ребенок быстро привыкает к телевизору, постепенно начинает постоянно требовать включать его любимые программы. Это может перерасти в истерику.
• Часто за просмотром телепередач дети перекусывают вредными продуктами, вследствие чего формируются неправильные пищевые привычки, ведущие к повышению массы тела, заболеваниям желудочно-кишечного тракта.
• Вокруг работающего телевизора создаются электромагнитные поля, которые также оказывают негативное влияние на психическое и физиологическое развитие организма.
**Кому противопоказан просмотр телевизора?**
• Детям до 2 лет.
• Детям с нарушениями нервной системы вследствие стресса.
• Детям с нарушениями нервно-психического развития.
• Впечатлительным детям.
• Детям, недавно перенесшим операцию на глазах.
• Детям, имеющим серьезные заболевания глаз.
**Как и сколько времени ребенок должен просматривать телевизор?**
• Самое главное правило - это то, что просмотр телевизора ребенком должен происходить под контролем родителей. Ребенок должен просматривать любые телепередачи в присутствии родителей для того, чтобы просматриваемые программы были под контролем. Прежде чем включать телевизор ребенку, родители должны ознакомиться с сюжетом. Фильмы ужасов и мультфильмы с хаотичным сюжетом должны быть исключены.
• В комнате должно быть нормальное освещение: не слишком светло, но и не слишком темно.
• Родители должны следить за тем, чтобы ребенок не смотрел телевизор сбоку. Расстояние от глаз ребенка до экрана телевизора не должно быть меньше 3 метров. Посадка должна быть удобная. Лежа, согнувшись в неудобных позах смотреть телевизор не рекомендуется.
• Во время просмотра телевизора ребенку не стоит употреблять пищу.
• Если ребенок смотрит долгий фильм - делайте с ним физкультминутки, гимнастику для глаз.

**Консультация для родителей в детском саду «Математические игры в домашних условиях»**

Предлагаю вашему вниманию консультацию, как играть с детьми в математические игры в домашних условиях вместе всей семьёй. Не стоит надеяться только на детский сад и ждать, что там дети научатся читать, писать, считать. Давайте еще дома поработаем со своими детьми – это будет и полезно и увлекательно. Тем более, что сейчас разработаны методики, позволяющие учебу превратить в увлекательное занятие.

Итак, Вашему вниманию предлагаются несколько игр, которые помогут детям научиться ориентироваться в мире цифр, а также производить с ними элементарные математические действия.

**Игра «Спрятанные цифры»**
Данная игра научит ребенка различать цифры, запоминать их написание, а также ориентироваться в несложном подсчете. Играть в нее чрезвычайно просто: необходимо на предложенной картинке отыскать спрятанные цифры и разложить в соответствующие клетки. Если на первых порах этот поиск займет у Вашего ребенка более долгое время, то после нескольких тренировок он будет прекрасно ориентироваться в числах, что, несомненно, облегчит ему жизнь в школе на настоящих уроках математики.

**Игра «Веселый поезд»**
Эта игра поможет даже маленьким деткам научиться считать. На специальный макет – смешной паровозик, необходимо погрузить груз, ромашки. Но, только погрузив необходимое количество, поезд сможет двигаться – для этого в игре используется семафор. Вашему ребенку будет очень интересно это занятие, и кроме того, что он научится считать без особых хлопот, игра будет мотивировать развитие повышенного внимания и заставит ребенка сосредоточиться.

Простейшие арифметические задачи в пределах 10. В этой игре основное задание – научиться хорошо считать, для упрощения задания малышам дается подсказка – в виде звездочек, подсчитав которые, малыш узнает верный ответ. Таким образом, идет привязка количества предметов к принятому обозначению этого числа в цифрах. В качестве награды – мультик, для детей это прекрасная мотивация.

**Игра «От 1 до 10»**
Данная игра учит не только считать, ориентироваться в цифрах, но также и поможет ребенку научиться быть терпеливым. На тренажере расположена несложная таблица с указанием цифр, а также разбросанные по всему полю ромашки. Юному математику нужно будет необходимое число предметов разложить по ячейкам. Внимание, терпение, запоминание написания цифр плюс элементарный подсчет – вот на что направлена данная игра.
Игра «Дополни до 10» поможет детям сориентироваться в таком действии, как вычитание. На яркой картинке представлена забавная героиня – курица с яйцами, на которых написаны цифры. Помогите своему ребенку дополнить все варианты до числа 10, и в дальнейшем он будет щелкать все задачки как орешки.

**Консультации для родителей ДОУ "Спортивные упражнения с использованием санок"**

Катание на санках не только развлечение для детей – оно оказывает большое влияние на физическое развитие и закалку организма ребенка (вовлекает в работу почти все крупные мышечные группы, способствует энергичному обмену веществ в организме, усиливает функциональную работу внутренних органов). Катание на санках связано с активным восприятием природы, ориентацией в окружающей среде. Оно связано с проявлением волевых усилий, с яркими эмоциональными переживаниями. Все это способствует совершенствованию физических качеств ребенка, его всестороннему развитию.

Движения ребенка отличаются большим разнообразием, требуют развитого чувства равновесия, предъявляют соответствующие требования к вестибулярному аппарату, что приводит к более совершенному овладению и управлению движениями. Вызвать активность, самостоятельность, инициативу помогает окружающая обстановка, содержание игр и упражнений. Дети приучаются проявлять волю, преодолевать трудности и препятствия, помогать друг другу. Катание на санках особенно увлекает детей, если в него включаются разнообразные задания. Можно проводить простые и увлекательные игры-эстафеты.

**Рекомендуемые упражнения для старших дошкольников:**
1. Катание друг друга на санках.
2. Толкание санок, опираясь на сиденье руками сзади.
3. Доставание рукой подвешенного предмета при спуске с горы (колокольчик).
4. Спуск с горы, стоя на коленях на сиденье.
5. Спуск с небольшой горы, тормозя ногами.
6. Попадание в мишень снежком при спуске с горы (щит, корзина, обруч).
7. Собирание расставленных вдоль склона 2-3 флажков при спуске с горы.
8. Катание на ровном месте, сидя на санках спиной вперед и отталкиваясь ногами.

**Подвижные игры:**
**«Черепахи»**
Перед линией старта дети садятся по два человека на санки спиной друг к другу. По сигналу, отталкиваясь ногами, стараются как можно быстрее преодолеть расстояние в 15 м (до флажка).
Гонка санок тройками. Дети распределяются по 3 человека. Первые номера везут санки, вторые – садятся на санки, третьи толкают сзади. По сигналу играющие везут санки до ориентира, обходят его и возвращаются к стартовой линии. Затем дети меняются ролями. Игра заканчивается, когда каждый ребенок из тройки побывает во всех ролях. Выигрывает тройка, быстрее всех закончившая игру.

**Игровое упражнение «Самый быстрый»**
Санки расставлены параллельно друг другу, расстояние между ними 2-3 шага. Ребёнок становится возле своих санок (справа). По сигналу воспитателя, дети обегают свои санки, стараясь, как можно быстрее вернуться в исходное положение.

**Подвижная игра «На санки!»**
Санки врассыпную расставлены по площадке. Число санок на 2 меньше, чем играющих. Дети свободно бегают по площадке. По сигналу воспитателя «На санки!» дети быстро бегут и садятся на них. Побеждают самые быстрые. Игра повторяется несколько раз.

**Игровое упражнение «Спиной вперёд»**
Ребёнок садится на санки спиной вперёд и, отталкиваясь ногами, продвигается вперёд.

**Подвижная игра «Нарты – сани»**
Игроки бегут и прыгают через «нарты», расставленные друг от друга на расстоянии 1 метра. Нарты – сани имеют ширину 30-40 см., в высоту 20-30 – см.

**Игровое упражнение «Моржи»**
Ребёнок ложится животом на санки. Отталкиваясь руками, продвигается вперёд (имитация плавания).
Подвижная игра «На новое стойбище».
Дети становятся парами. В паре один ребенок – олень, другой – каюр. Упряжки стоят одна за другой. Ведущий: «Оленеводы переезжают на новое стойбище». По сигналу упряжки бегут друг за другом змейкой. Затем дети меняются ролями.
*2 вариант игры:* Упряжки можно заменить санками. «Олень» везёт санки, «каюр» управляет «оленями».