

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида 104 «Рукавичка»

Консультация для родителей: «Мы растем здоровыми!»



Подготовила: учитель-логопед
Монтикова А.Е.

Краснодар, 2024

Мы рекомендуем вам начать с беседы с ребенком «Что такое здоровье?», рассматривая иллюстрации на тему: «Что полезно и вредно для здоровья»



Проводя беседу, объясните ребенку, ПОЧЕМУ те или иные продукты вредные/полезные. Затем, попросите его рассказать вам, какие полезные продукты он запомнил, и какие вредные продукты не станет кушать.

Поиграйте с ребёнком:

1. «Один – много».

Спортсмен — много спортсменов, (упражнение, форма, чемпион, победитель, лыжник, гимнаст, пловец, хоккеист, борец, фигурист, велосипедист).

2. «Сосчитай».

Тренер, – два тренера, пять тренеров, (стадион, спортсмен, физкультурник, зал, зарядка, корт, упражнения, форма, соревнования, победитель, чемпион, свисток, флажок, судья).

3. «Есть – нет».

Коньки – нет коньков, (боксерские перчатки, винтовка, клюшка, мяч, шайба, лыжи, велосипед, обруч, лед, поле, корт, лыжня, ринг, мишень).

4. «Назови, какой, какая, какие?».

Мяч для футбола (какой?) – футбольный

Клюшка для хоккея (какая?) – ...

Перчатки для бокса (какие?) – ...

Мяч для баскетбола (какой?) – ...

Обруч для гимнастики (какой?) – ...

Ракетка для тенниса (какая?) – ...

Очки для плавания (какие?) – ...

5. «Назови спортсмена правильно».

Играет в хоккей – хоккеист. Играет в футбол – ...

Играет в волейбол – ... Играет в баскетбол – ...

Играет в теннис – ... Едет на велосипеде – ...

Занимается гимнастикой – ... Поднимает штангу – ...

Катается на коньках – ... Стреляет из винтовки – ...

6. «Скажи наоборот».

Встать – сесть, войти – выйти, поднять – опустить, говорить – молчать, ложиться – вставать, одеваться – раздеваться, смеяться – плакать, залетать – вылетать, закрывать – открывать.

7. «Не ошибись!».

Гиря из железа (они какие?) – железная.

Лыжи из пластика – ...

Перчатки из кожи – ...

Мяч из резины – ...

Лыжи из дерева – ...

Обруч из пластмассы – ...

9. Пересказ сказки «Лесная сказка».

В одном сказочном лесу жили зайчонок Пушок, бурундучок Орешек и медвежонок Триша. Каждый день они встречались на поляне, играли, бегали, прыгали и устраивали соревнования. Только Триша, приходя на поляну, сразу залезал в кусты и ел малину. Зверята звали его играть, но медвежонок всегда отказывался. Ему лень было бегать по дощечкам, прыгать с пенька на пенек. Для Триши ничего не было лучше, как съесть пару горшочков меда и полежать на солнышке. Поэтому Триша был неуклюжий, вялый и сонный. Однажды в лесу случился сильный пожар. Все звери спасались от огня. Только Триша сразу стал задыхаться от бега, он подолгу застревал в оврагах, с трудом перелезал через поваленные деревья. Пушок и Орешек не могли оставить друга в беде. Они схватили

медвежонка за толстые лапы и побежали изо всех сил. Когда зверята, пробежали по мостику через речку, то мостик сломался под Мишкиным весом. Чудом друзьям удалось добраться до берега. Триша понял, как плохо не заниматься физкультурой и спортом, и пообещал друзьям каждый день делать утреннюю гимнастику, бегать и прыгать на поляне.

10. Почитайте детям:

А. Л. Барто «Зарядка», А. Барто «Зарядка», Б. Заходер «Гимнастика для головастика», С. Михалков «Про мимозу», А. Павлова «Весёлая зарядка», Светов А. «Летние виды спорта», А. Сергеев «А вы умеете плавать?», «Как Братец Козёл жевал скалу», В. Сулова «Про Юру и физкультуру», Э. Успенский «Зарядка», «Вредная привычка», «Мойдодыр».