**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Ужурский детский сад №1 «Росинка»**

**Перспективный план работы с родителями старшей группы «Подсолнушки»**

**на 2022-2023 учебный год**

**Составил:**

**Штенцель К.С.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тема | Задачи |
| Сентябрь | Папка-передвижка «Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста» | Повышение педагогической культуры родителей. |
| Консультация «Игра как средство воспитания дошкольников» | Распространение педагогических знаний среди родителей, теоретическая помощь родителям в вопросах воспитания детей. |
| Выставка «Дары осени» | Активизация родителей в работу группы детского сада, развитие позитивных взаимоотношений работников дошкольного учреждения и родителей. |
| Памятка для родителей «Спорт в жизни Ребенка». | Повышать компетентность родителей в данном вопросе. |
| Родительское собрание «Что должен знать ребёнок 5 – 6 лет» | Знакомство родителей с требованиями программы воспитания в детском саду детей 5 – 6 лет. |
| Консультация на тему: «Режим дня в детском саду и дома. Его значение в развитии и воспитании детей» | Повышение педагогической культуры родителей. |
| Экскурсия в районную детскую библиотеку |  |
|  |  |
| Октябрь |  |  |
| Памятка «Витаминный календарь осени» | Просвещение родителей в оздоровлении детей и профилактики некоторых заболеваний. |
| Фото-выставка «Спортивная семья». | Привлекать родителей к активному участию в жизни группы и детского сада. |
| Информационный лист «Позаботьтесь о своем здоровье». | Повышать компетентность родителей в данном вопросе. |
|  |  |
| Ноябрь | Посещение музея | Привлекать родителей к активному участию в жизни группы и детского сада. |
| Папка-передвижка «Помогите детям запомнить правила пожарной безопасности» | Объединение усилий педагогов и родителей по приобщению детей к основам пожарной безопасности. |
| Консультация «Грипп. Меры профилактик. Симптомы данного заболевания» | Ознакомление родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада. |
| Консультация «Спортивный уголок у вас дома». | Повышать компетентность родителей в данном вопросе. |
| Экологическая акция «Птичья столовая». | Привлекать родителей к активному участию в жизни группы и детского сада. |
| Папка-передвижка «Зимушка-зима» | Реализация единого подхода детского сада и семьи в организации познавательно-исследовательской деятельности детей. |
| Декабрь | Родительское собрание | Обогатить и повысить опыт родителей. |
| Памятка «Безопасные шаги на пути к безопасности на дорогах зимой» | Реализация единого воспитательного подхода при обучении ребёнка правилам дорожного движения в детском саду и дома. |
| Анкетирование родителей «Питание детей в ДОУ». | Выявление степени удовлетворенности родителей качеством питания детей в детском саду. |
| Выставка детских рисунков «У леса на опушке жила Зима в избушке…» | Привлечь родителей к совместному художественному творчеству с детьми. |
| Консультация «Ребёнок и компьютер» | Ознакомление родителей с правилами организации работы ребёнка на компьютере, чтобы не навредить здоровью. |
| Январь |  |  |
| Выставка рисунков «Папа, мама, я – очень дружная семья» | Активизация родителей в работу группы по проведению тематической выставки совместных поделок родителей и детей. |
| Папка-передвижка «Какие родители, такие и дети!» | Повышение педагогической культуры родителей. |
| Февраль | Круглый стол «Поощрять или наказывать» обмен мнениями и опытом. | Установление партнёрских отношений с семьями воспитанников, совершенствование психолого-педагогических знаний родителей. |
| Тематическая выставка «Внимание улица!» книги, дидактические пособия, игры. | Знакомство с требованиями программы воспитания и обучения в  детском саду по правилам дорожного движения разработка методического обеспечения. |
| Спортивное мероприятие «Мой папа самый смелый». | Привлекать родителей к активному участию в жизни группы и детского сада. |
| Фотовыставка «Папа может всё». | Привлекать родителей к активному участию в жизни группы и детского сада. |
| Творческие работы детей и родителей к 8 марта «Мама, моё солнышко» | Демонстрация творческих способностей детей, сформировавшихся умений и навыков. |
| Памятка «Весна – Красна снова в гости к нам пришла (стихи местных поэтов о весне,  весенние приметы, народные праздники, рисунки о весне) | Реализация единого подхода в формировании у дошкольников бережного отношения к природе и организации исследовательской деятельности в ДОУ и семье. |
| Март | Консультация «Математическое развитие детей в семье» | Распространение педагогических знаний среди родителей, практическая помощь семье в воспитании и обучении ребёнка. |
| Фитодизайн: создание «Огорода на подоконнике» - совместный труд детей, родителей и педагогов | Реализация навыков позитивного - коллективного общения детей, родителей и педагогов. |
| Консультация «Развитие словесно-логической памяти детей 5-6 лет» | Формирование педагогической компетенции родителей. Развивать интерес родителей к использованию разнообразных форм организации совместной деятельности с детьми. |
| Памятка «Развиваем мелкую моторику рук» | Распространение психолого-педагогических знаний среди родителей будущих школьников, практическая помощь семье. |
| Консультация «Как провести выходной день с ребёнком» | Обогащение педагогических знаний родителей. |
| Апрель | Папка-передвижка «Детский рисунок – ключ к внутреннему миру ребенка» | Выявление волнующих вопросов у родителей по теме «Развитие творческих способностей у детей». |
| Изготовление семейных праздничных открыток ко Дню Победы. | Привлекать родителей к активному участию в жизни группы и детского сада. |
| Экскурсия на станцию юнатов |  |
| Оформление альбома «Бессмертный полк» | Включение родителей в работу группы, развитие позитивных взаимоотношений. Реализация единого подхода детского сада и семьи в работе по патриотическому воспитанию. |
| Выставка детского рисунка «Дорожная азбука» | Реализация единого подхода детского сада и семьи по обучению детей правилам дорожного движения. |
| Май | Родительское собрание по итогам года | Подведение итогов воспитательно-образовательной деятельности группы, повышение информированности родителей о жизни детей в д/саду за год. |
| Флешмоб «Спасибо за Победу». | Включение родителей в работу группы, развитие позитивных взаимоотношений. Реализация единого подхода детского сада и семьи в работе по патриотическому воспитанию. |
| Патриотические акции ко Дню Победы. | Включение родителей в работу группы, развитие позитивных взаимоотношений. Реализация единого подхода детского сада и семьи в работе по патриотическому воспитанию. |
|  |  |
|  |  |  |

**Консультация для родителей**

**«Грипп. Меры профилактики. Симптомы данного заболевания»**



Подготовила: воспитатель

Штенцель Кристина Сергеевна

**Цель:** рассказать родителям о симптомах проявления гриппа и о мерах профилактики.

*Чтобы избежать гриппа и связанных с этим заболеванием осложнений, необходимо проводить профилактические меры. Главной целью каждого родителя заключается в проведении данных меры для защиты своего ребенка от болезни. Далее будет приведены эффективные способы, которые помогут всей вашей семье укрепить здоровье в целом и снизить риск заражения гриппом.*

***Что такое грипп?***

Грипп – острое сезонное вирусное заболевание, протекающее с острой инфекционной интоксикацией, повышением температуры тела до +39-40°C, с сухим кашлем, заложенностью носа, тошнотой, рвотой и светобоязнью. Вирусы данного заболевания подразделяются на 3 типа: А, В и С, каждый из которых имеют свои штаммы (культуры микробов, выделенные из определенного источника и идентифицированные по тестам современной классификации), что позволяет вирусу ежегодно менять свою антигенную структуру – мутировать. Болезнь опасна своей непредсказуемостью. Ежегодно пандемия возникает в осенне-зимний период.

Главный источник инфекции – болеющий человек, который с легкостью может передать вирус воздушно-капельным путем (при чихании, кашле, нахождении в одном закрытом помещении с заболевшим). Восприимчивость людей к вирусам гриппа абсолютна. Наиболее высокие показатели заболеваемости в эпидемические подъемы приходятся на детей в связи с их низким иммунитетом.

***В чем проявляются первые признаки заболевания?***

Для гриппа характерно стремительное развитие клинических симптомов. Температура может повыситься до 40°С уже в первые 12-24 часа. Проявляется головная боль, боль при движении глазных яблок, боль в мышцах и суставах, боль в горле, тошнота и рвота, светобоязнь, слабость, заложенность носа, снижение артериального давления.

Типичным для гриппа является развитие пневмонии, отита, трахеита, который сопровождается сильным болезненным кашлем в области грудины. Также при гриппе страдает нервная система заболевшего. Это связано с токсическим действием вируса, вызывающим функциональные расстройства до серозного менингита. Поражение нервной системы чаще всего развивается на 3-5-е дни болезни, при этом у больного проявляются сильная головная боль, тошнота и рвота, судороги конечностей, изменения сознания.

***Какими могут быть осложнения гриппа?***

Наиболее частым осложнением при гриппе является вторичная бактериальная пневмония, в последствии которой наблюдается наибольшая смертность.

***Какие меры профилактики гриппа необходимо соблюдать?***

1. **Вакцинация от гриппа**– наиболее эффективная мера борьбы с гриппом. Вакцинация позволяет снизить риск заболевания и осложнений. Современные вакцины не содержат «живой» вирус и являются наиболее безопасными и эффективными. Вакцина стимулирует образование в организме человека антител, которые позволяют иммунитету противостоять вирусу гриппа.

Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений. Весь спектр гриппозных вакцин прошел регистрацию в РФ и разрешен к применению. Использование вакцины против гриппа прошлого сезона не допускается.

Лучшее время для прививания – с сентября по декабрь. Вакцинация во время эпидемии также безопасна и эффективна, однако в период развития иммунитета (7-15 дней после вакцинации) необходимо проводить профилактику другими средствами. Ослабленных детей нужно прививать в первую очередь, т.к. они наиболее подвержены инфекциям, протекающим у них, как правило, в тяжелой форме.

1. **Регулярное мытье рук.**В течение пандемии Covid-19 люди уже привыкли часто мыть руки, ведь именно через руки распространяются большинство вирусов. В том числе и вирус гриппа. Микробы сохраняют жизнеспособность до нескольких часов пока не попадут в организм человека через те предметы, которые были использованы заболевшим. Поэтому старайтесь мыть руки чаще, и чаще мойте их детям. Если же рядом нет раковины, воспользуйтесь антисептиком или влажными салфетками.
2. **Не прикрывайте рот во время чихания или кашля ладонями.**Вирусы остаются на руках, если вы прикрыли рот во время чихания или кашля обнаженной ладонью – это самый простой путь передачи инфекции другим людям. Если же вы чувствуете, что вам необходимо чихнуть или покашлять, возьмите салфетку и прикройте ею рот, затем немедленно выбросите ее. При отсутствии рядом салфеток, чихните/покашляйте в локтевой изгиб или предплечье.
3. **Не касайтесь лица.**  Вирусы гриппа и простуды проникают в организм человека через слизистые оболочки рта, носа и глаз. Большинство детей заболевают, касаясь грязными руками лица, и заражают затем родителей.
4. Пейте больше жидкости. Вода вымывает из организма вредные вещества и наполняет его необходимой жидкостью. В период эпидемии рекомендуется поить детей напиток, приготовленный из ягод шиповника. В шиповнике содержится большое количество витамина С, который является мощнейшим оружием в борьбе против вирусов. Можно заменить в меню таким напитком чай или компот, или давать детям по половине стакана несколько раз в день.
5. **Свежий воздух.** Профилактика гриппа и простуды всегда должна сопровождаться прогулками на свежем воздухе и регулярном проветривании помещений. Не смотря на пасмурность и влажность погоды, проводите время с детьми на улицах, тем самым не позволяя размножаться болезнетворным микробам.
6. **Регулярные физические упражнения.** Проводите со своими детьми утреннюю гимнастику для поддержания вашего и их физического здоровья. Физкультура усиливает работу сердца, заставляя перегонять больше крови и, тем самым, переносить больше кислорода из легких. При физических упражнениях тело начинает потеть, что активирует выработку естественных иммунных клеток организма, убивающих вирусы.
7. **Витамины**. Употребляйте больше фруктов и овощей, в которых содержатся такие витамины, как: витамин А (ретинол), который содержится в апельсинах, моркови, помидорах; витамин С (аскорбиновая кислота), содержащийся в шиповнике, черной смородине, цитрусовых, красном сладком перце; витамин РР (никотиновая кислота), который содержится в помидорах; витамин Е (токоферол), содержащийся в яблоках; витамин Н (биотин), который содержится в белокочанной капусте; группа витаминов В, содержащиеся в брокколи, грибах. При необходимости приобретите витаминные комплексы. Однако для этого нужно проконсультироваться с врачом, ведь переизбыток витаминов так же вреден, как и недостаток.
8. **Систематическое закаливание**. Закаливания повышают сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям. Однако необходимо отметить, что начинать закаливающие процедуры следует в летний период на фоне хорошего самочувствия, а не в период подъема заболеваемости.

***Здоровье ваших детей находится в ваших руках!***

***Будьте здоровы!***

