Беседа с родителями в средней группе на тему: «Режим дня»

Цель: способствовать пополнению знаний родителей о вопросе правильного режима дня ребенка.

Задачи:

Способствовать тому, чтобы родители были заинтересованы в соблюдении режима дня дома, придерживаясь тех же требований, что и в детском саду.

Ход беседы:

Добрый вечер! Вы не сильно торопитесь? Я бы хотела с вами поговорить. Вы не судите меня строго, я студентка педагогического колледжа и только начинаю свою профессию, поэтому опыта у меня мало. Я сегодня понаблюдала за вашей девочкой, она была очень вялой и сонной.

Она хорошо спала сегодня? А вы знаете, что такое режим дня? Режим дня – это система распределения периодов сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, занятий и самостоятельной деятельности детей.

А в выходные вы соблюдаете режим дня? А вы знали, что успешность дня ребенка в детском саду во многом обеспечивает выполнение режима? В настоящее время современные родители, на мой взгляд, к режиму относятся несколько поверхностно. Но делают это напрасно. Правильно организованная жизнь дошкольника позволяет ему достичь больших результатов в обучении, поскольку силы рационально распределены. Дети дошкольного возраста могут выполнять необходимый для их правильного развития режим дня только под руководством взрослых. Если дети не приучены к порядку и строгому режиму, то они растут раздражительными, капризными, с очень не уравновешенной нервной системой.

Замечали раздражительность в вашем ребенке или капризы без причины? Это все, потому что дома в выходные вы не следите за режимом дня ребенка. Своими бесконечными капризами они взвинчивают себя и выводят из равновесия вас. А некоторые родители обращаются к врачу, считая, что их ребёнок нуждается в лечении и успокоительных лекарствах. И не понимают, что лучшим лекарством для их малыша будет постоянное соблюдение режима дня, без которого он не может правильно развиваться. Ребёнок должен в определённое время вставать и ложиться спать, завтракать, обедать и ужинать. В режиме дня надо предусмотреть время для прогулок и игр. Шумные подвижные игры должны сменяться более спокойными играми. Я надеюсь, что после сегодняшней беседы вы будете стараться соблюдать режим дня с вашим ребенком. Потому что режим дня играет огромную роль для всестороннего развития детей дошкольного возраста и подготовки их к обучению в школе. Постоянство режимных процессов, их последовательность и постепенность, а также единство требований к детям со стороны детского сада и семьи поможет вам вырастить ваших детей здоровыми, бодрыми, деятельными и дисциплинированными. Спасибо, что выделили свое свободное время для разговора. Приятного вам вечера!