

План просветительских мероприятий для родителей воспитанников средней группы на 2025–2026 учебный год.

Воспитатель Домрачева И.Н.

☝ **Сентябрь — «Старт с заботой»**

****Фокус:** адаптация, эмоциональная поддержка, установление доверия**

- **«Парк-прогулка с психологом»**

***Формат:** выездное мероприятие в парке — совместная прогулка с детским психологом и педагогами. Родители общаются неформально, задают вопросы, получают рекомендации по адаптации, наблюдая за детьми на игровой площадке.

***Универсальность:** подходит для всех возрастов, не требует помещения.

- **Мини-онлайн-курс «5 шагов к спокойному утру»**

***Формат:** короткие видеоролики + чек-листы в родительском чате (3–5 мин в день в течение недели). Темы: режим, сборы без стресса, прощание у дверей.

🍁 **Октябрь — «Цифровое детство: границы и возможности»**

****Фокус:** безопасное взаимодействие с гаджетами, цифровая грамотность родителей**

- **«Квест-эксперимент: 24 часа без экранов»**

***Формат:** семейный челлендж с инструкциями, альтернативными занятиями (наборы «ЭкранOFF» с играми, рецептами, идеями), онлайн-чат поддержки и пост-рефлексия.

- **Мобильная «Кибермастерская»**

***Формат:** выездной стенд/палатка во дворе ДООУ или у входа (1–2 часа). Родители за 10 минут получают:

✓ QR-коды на полезные приложения

✓ Памятку «10 признаков цифрового перенапряжения у дошкольника»

✓ Возможность задать вопрос IT-педагогу/психологу.

☝ **Ноябрь — «Сила семьи: ритуалы и традиции»**

****Фокус:** семейная идентичность, поддержка эмоционального здоровья**

- **«Семейный чемоданчик» — выездная акция**

***Формат:** каждый родитель получает «чемоданчик» (картонную коробку-раскраску) с заданиями: «что кладём в семейную копилку воспоминаний?», «5 ритуалов на осень», «письмо будущему ребёнку».

Собранные чемоданчики можно принести в ДОУ и выставить на «выставке тёплых историй».

- ****Вечер «Тихий чай с историей» (онлайн/офлайн)****

***Формат:** 30-минутные «исторические слоты» — родители по желанию делятся одной семейной традицией (можно заранее записать видео). Сопровождается чайной церемонией и раздаточным материалом «Как создать свой семейный ритуал».

✨ ****Декабрь — «Зима без истерики: эмоции в праздники»****

****Фокус:**** управление стрессом в предпраздничный период, переутомление детей и родителей

- ****«Эмоциональная Ёлка желаний»****

***Формат:** интерактивная инсталляция в фойе ДОУ. Родители вешают:

● — «то, что утомляет в праздники»,

□ — «то, что приносит радость».

По итогам — аналитический лист «Как перераспределить нагрузку?» + рекомендации психолога.

- ****Мобильный «Комплект спасения от новогоднего стресса»****

***Формат:** пакетик с карточками-подсказками («3 фразы вместо “не кричи!”», «дыхательная игра-ёлочка», «план В для сорвавшегося утренника»), раздаётся при выдаче детских работ или на утреннике.

☁ ****Январь — «Телесность и движение»****

****Фокус:**** сенсорное развитие, моторика дома, профилактика гиподинамии

- ****«Домашний квест: 7 дней телесных открытий»****

***Формат:** семья ежедневно выполняет одно задание: «ходьба на пятках — как жираф», «массаж-рисование спинки», «танец с подушкой» и пр. Фотоотчёт — опционально.

- ****Мини-мастерская «Сенсорные коробки своими руками»****

***Формат:** мобильная (можно провести в группе, на лестничной площадке или онлайн). За 20 минут родители собирают простую сенсорную коробку из подручных материалов (рис, фасоль, крышки, пинцеты).

❁ **Февраль — «Речь играючи»**

****Фокус:**** речевое развитие без занудства

- ****«Словоедкин на прогулке»****

***Формат:** выездное мероприятие в парке/сквере. Родители и дети играют в речевые игры на свежем воздухе: «опиши облако 3 словами», «угадай предмет по звуку», «расскажи историю про снежинку». Ведёт логопед.

- ****«Аудиоподкаст за 5 минут»****

***Формат:** еженедельные мини-аудиосоветы в родительском чате: «как играть в слова в машине», «3 вопроса вместо “что нового?”», «книга вслух: как не сорваться на 10-й странице».

♡ **Март — «Гендерная чуткость и разнообразие»**

****Фокус:**** преодоление стереотипов, инклюзивное воспитание

- ****«Книжный рюкзак наизнанку»****

***Формат:** подборка книг (с QR-кодами на аннотации) с героями вне гендерных шаблонов. Родители берут книгу домой на 3 дня, заполняют мини-рефлексию: «Что удивило? Что обсудили с ребёнком?».

- ****Интерактивная стена «Мамы и папы могут всё»****

***Формат:** фотостена в ДОУ с карточками: «Мама чинит велосипед», «Папа вяжет», «Бабушка играет в хоккей». Родители дополняют своими фото и историями.

⚙️ **Апрель — «Экология повседневности»**

****Фокус:**** эковоспитание в быту, бережливость, осознанное потребление

- ****«Эко-обмен: игрушка-книга-материалы»****

***Формат:** мобильная точка обмена во дворе ДОУ (1 день в месяц). Можно принести чистую игрушку/книгу/канцтовары и обменивать. Сопровождается QR-кодами на инструкции: «Как сделать пластилин из муки», «Сортировка с дошкольником: игра-лото».

- ****Экскурсия-квест «Следы человека в парке»****

***Формат:** совместный выход с педагогом-экологом. Задачи: найти «умный» и «неумный» мусор, предложить решение, сделать фото-фиксацию, придумать экоплакат.

❁ **Май — «Переход с любовью: в школу — без страха»**

****Фокус:**** психологическая и практическая готовность, поддержка родительской тревоги

- ****«Сундучок будущего первоклассника»****

***Формат:** родители получают коробку с 5 предметами-символами:

🔑 — «ключ к вопросам» (лист с открытыми вопросами к ребёнку),

□ — «нить поддержки» (верёвочка-напоминание: «я рядом»),

🏆 — «дневник маленьких побед» и др.

Вместе заполняют — дома или на встрече.

- ****Мобильный «Консультационный бегунок»****

***Формат:** педагоги в ярких жилетах «дежурят» у выхода из ДОУ в течение недели — 5 минут на вопрос:

«Готов ли мой ребёнок к школе?»»,

«Как справляться с ленью?»»,

«Что делать, если ребёнок не хочет учиться?»»

Ответы — кратко, по фактам, без воды.

🌻 ****Июнь — «Лето как ресурс»****

****Фокус:**** отдых с пользой, профилактика «летнего регресса»

- ****«Календарь летних открытий»****

***Формат:** красочный календарь на июнь–август с ежедневными/еженедельными «микрозаданиями» для семьи:

✓ «Понаблюдайте за муравьями 10 минут»,

✓ «Придумайте имя облаку»,

✓ «Соберите гербарий из 3 “неправильных” листьев» и т.д.

- ****Онлайн-серия «Летний челлендж “Медленное детство”»****

***Формат:** 5 коротких эфиров: «Как не превратить лето в марафон кружков», «Безделье как навык», «Как отдохнуть самому, пока ребёнок рядом».

💡 **Дополнительные универсальные идеи:**

- ****«Родительский QR-код»**** — у каждого мероприятия есть свой QR с допматериалами, видео, опросом обратной связи.

- ****Мобильный пункт «Вопрос-ответ за кофе»**** — раз в месяц педагоги выходят с термосом кофе и блокнотом — родители задают вопросы неформально.

- ****«Обратная связь в картинках»**** — вместо анкет — стикерная рефлексия:
😊 / □ / 🙋♀ («понравилось» / «хочу глубже» / «готов(а) вести тему сам(а)»).