Конспект родительского собрания

**«Возрастные особенности детей 4-5 лет»**

**Цель:** создать условия для повышения педагогической культуры родителей и взаимодействия с родителями на основе доверительных отношений.

**Задачи:**

1. Рассмотреть возрастные и индивидуальные особенности детей 4-5 лет.
2. Повысить психологическую и педагогическую компетентность родителей в области воспитания и взаимодействия с детьми.
3. Заинтересовать родителей полученными результатами, и переосмыслить свой взгляд воспитания ребенка.
4. Научить родителей наблюдать за ребенком, изучать его, видеть успехи и неудачи, стараться помочь ему развиваться в его собственном темпе.
5. Обновить анкетные данные семей воспитанников.

**План работы:**

1. Игра «Как мы провели лето».
2. Упражнение Свеча: «Что я хочу и что я жду от этого учебного года?».
3. Игра «Наши дети взгляд со стороны».
4. Возрастные и психологические особенности ребёнка. Возраст почемучек.
5. Цели и задачи на новый учебный год.
6. Памятка для родителей.
7. Выступление Самбилова А.Д. -руководителя центра оздоровительной гимнастики
8. Выступление Раднаева О.С.-преподвателя СЮТ по техническому конструированию
9. Разное.

**Ход мероприятия:**

**Воспитатель:** Здравствуйте уважаемые родители! Нам приятно видеть вас, и мы благодарны вам за то, что вы нашли возможность и время прийти на наше мероприятие. Всех поздравляем с началом учебного года.Вот и закончились летние каникулы. А как вы их провели, мы сейчас узнаем с помощью шуточной игры.

*Проводится шуточная игра «Как мы провели лето»*

-Поменяйтесь местами те, кто, ходил со своим ребенком в лес, (на рыбалку).

-Поменяйтесь местами те, кто плавал вместе с ребенком, загорал на пляже.

-Поменяйтесь местами те, у чьих детей от загара сгорела спина.

-Поменяйтесь местами те, кто читал детям книги.

-Поменяйтесь местами те, кто купил своему ребенку мяч (или любой другой предмет для двигательной активности).

-Поменяйтесь местами те, чьи дети помогали родителям по дому.

-Поменяйтесь местами те, чей ребенок научился чему-нибудь новому и т. п.

Мы видим, что вы все хорошо отдохнули во время летних каникул, набрались сил и готовы активно участвовать в жизни группы и детского сада. И мы переходим к основным вопросам нашего собрания.

И начать собрание я хочу с высказывания известного педагога  В.А. Сухомлинского:*Самая ценная нравственная черта хороших родителей, которая передается детям без особых усилий, – это душевная доброта матери и отца, умение делать добро людям.*

У меня в руках волшебная свеча, которая дает возможность ответить на вопрос «Что я хочу и что я жду от учебного года?» Чтобы начать упражнение предлагаю Вам встать в круг и передавать свечу по кругу, при этом отвечать на вопрос.

*(Родители передают свечу и предлагают свои мнения чего они хотят от учебного года). Молодцы. Надеемся, вы немного расслабились.*

Прошу всех присаживаться на стулья и предлагаю поговорить о детях, а именно посмотреть на своих детей со стороны, проанализировать их поведение с помощью вопросов и фишек. Если ребенок, выполняет, правильно кладется – красная фишка, если не всегда и не совсем – то желтая фишка, нет – синяя фишка.

**Вопросы:**

1. Ребенок вежливо обращается с просьбой помочь завязать шапку, застегнуть пальто, благодарить за помощь.
2. Умеет вовремя извиниться и говорит это слово с нужной интонацией, чувство вины.
3. При встрече приветливо здоровается, прощаясь, всегда говорит «до свидания».
4. Не показывает пальцем на окружающих, предметы.
5. Не вмешивается в разговор без надобности, в случае срочной просьбы – извинится.
6. Не говорит грубых слов.
7. Говорит спокойным тоном, во время разговора смотрит на собеседника.

**Рефлексия:** Ответив на вопросы нужно посмотреть на фишки, и цвета помогут Вам решить, над чем нужно поработать с детьми, используя примеры, похвалу.

Уважаемые родители! А знаете ли вы, особенности детей в возрасте 4-5 лет?

Чтобы не навредить ребенку в его развитии, и раскрытию как личности, нужно выяснить, какие на этом возрастном этапе «ранимые места» и постараться учитывать и не заглушать их.

Каждый ребенок развивается по-разному, у каждого свой путь и темп развития. Но все же есть нечто общее, что позволяет охарактеризовать детей и их возрастные и психологические особенности.

В период 4-5 лет у ребенка формируется такая важная черта, как самооценка. Это один из важных показателей развития личности. Процесс формирования самооценки зависит от активного общения с окружающим его миром и в первую очередь - со взрослыми. Ребенок копирует поведение родителей, старших братьев и сестер, особенно поведение, которое получает положительные отклики у окружающих.

Каждый ребенок по природе своей хочет быть хорошим, чтобы заслужить похвалу и высокую оценку. Поэтому важно как со стороны родителей, так и со стороны педагогов поощрять подобные стремления. Если ребенок поступает хорошо, его необходимо поддержать похвалой, обязательно указав за что именно его хвалят.

Однако ребенку 4-5 лет очень трудно оценивать себя критически. Он может сомневаться в своих силах, но признавать свою вину ему пока трудно.

В 4 года начинается развитие и созревание эмоциональной сферы: чувства вашего ребенка становятся более глубокими и устойчивыми; радость от непосредственного общения переходит в более сложное чувство симпатии и привязанности. Таким образом, в этом возрасте формируются нравственные эмоций - чуткость, доброта, чувство дружбы и постепенно - чувство долга.

Что касается общения ребёнка 4-5 лет. В этом возрасте появляется большой интерес к ровесникам, и он от внутрисемейных отношений все больше переходит к более широким отношениям с миром.

Отношения со сверстниками в этом возрасте носят четко разделенный характер на «плохих» и «хороших». Эта оценка, как правило, дается на основании мнения взрослых (воспитателей, родителей). Дети дружат, ссорятся, мирятся, обижаются, ревнуют, помогают друг другу. Общение со сверстниками занимает все большее место в жизни ребенка, все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

***Мышление, память, внимание.***

В четыре года ребенок переходит на качественно новый уровень своего развития, у него начинается активный процесс образного мышления.

В этом возрасте ребенок:

- складывает разрезные картинки;

- собирает многосоставные фигуры из кубиков, конусов, пирамидок;

- конструирует из лего по образцу;

- собирает по схеме узор мелкой мозаикой;

Эти игры к тому же развивают мелкую моторику руки. К ним полезно добавлять обведение любых вкладышей, их штриховку. Детям нравится лепить из пластилина и глины, разукрашивать картинки.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7–8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: помнят поручения взрослых, с лёгкостью учат небольшие стихотворения и т.д.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15–20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

***Игры***

Игра в этом возрасте остаётся основным видом деятельности, но проходит она уже иначе, ни так как у младших дошкольников. Основным видом является сюжетно-ролевая игра. Роли дети распределяют до начала игры и на этой почве, часто возникаю конфликты, кто какую роль будет исполнять, но потом игра проходит гладко и спокойно.

Что касается речи, как её правильно развивать:

• Следите за своей речью: говорите выразительно и внятно (Ваша речь – образец для подражания!!!);

• Ограничьте влияние телевизора и компьютера;

• Ежедневно читайте ребенку книги;

• Побуждайте к пересказу прочитанного;

• Поощряйте речевую активность ребенка, стремление задавать вопросы;

• Играйте с ребенком;

• Не подражайте неправильному произношению ребенка;

• Разумно подбирайте игрушки;

• Создайте комфортный психологический климат.

В этом возрасте можно играть с ребенком во всякого рода словесные игры. «Скажи наоборот», «Что ты видишь», «Доскажи словечко» и другие. Они хорошо развивают слуховой анализатор, то есть умение слышать и слушать. Идет активное запоминание новых слов, объединенных каким-либо признаком, пополняется активный словарь ребенка, развивается мозг. Если процесс обучения поставлен правильно, играючи, с шутками, с юмором, ребенок с удовольствием будет заниматься.

*Родителям раздаются буклеты «Возрастные особенности детей 4-5 лет».*

**Воспитатель:** Уважаемые родители, а сейчас я предлагаю ознакомиться с целями и задачами воспитательно-образовательного процесса нашей группы на предстоящий учебный год:

- создавать благоприятные условия для всестороннего развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями;

- обеспечивать охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;

- регулярно пополнять и обновлять предметно-развивающую среду согласно теме проектной деятельности;

- развивать у детей умение самостоятельно находить способы решения проблемных ситуаций, поставленных задач и т.д.;

- привлекать родителей к активному участию в воспитательном и образовательном процессе, через проектную деятельность;

- повышать педагогическую компетентность родителей.

Так же хотелось обратить ваше внимание, что согласно ФГОС занятия проводятся в игровой форме, изучается тема в разных видах деятельности детей в течение недели согласно тематическому планированию. На протяжении года мы будем использовать технологию проектной деятельности, с помощью которой дети смогут выбирать каким видом деятельности они хотят заниматься, находить самостоятельно или с помощью взрослых ответы на свои вопросы и решения провокаций, экспериментировать и т.д. В средней группе на занятия отводится 20 минут. В течение дня проводится 2 занятия. Но так как мы выбрали проектную деятельность, ребёнок развивается и познаёт новое на протяжении всего дня, даже когда приходит домой (через игру, творческую деятельность, просмотр мультфильмов, журналов, иллюстраций и т.д.).

И последний вопрос на сегодняшнее запланированное собрание, «правила для родителей». Хочу напомнить о некоторых правилах, которые помогут друг друга понимать и уважать.

**Правила для родителей:**

* Прием детей осуществляется с 7.00 до 8.00 ежедневно, кроме выходных и праздничных дней. Своевременный приход в детский сад — необходимое условие правильной организации образовательного процесса.
* Для занятий физкультурой ребёнку необходимы: белая футболка, чёрные шорты и кеды или кроссовки.
* Для музыкальных занятий нужны чешки.
* В отпуск воспитанник может уходить  в летний период, с сохранением места в детском саду до 75 дней. Для этого надо написать заявление на имя заведующего и произвести оплату за детский сад.
* Если ребёнок пропустил детский сад более 5 календарных дней, то выходит в детский сад со справкой об отсутствии контактов с инфекционными больными и о состоянии здоровья из поликлиники. Если ребёнок отсутствовал в детском саду 30 и более календарных дней, то нужен в обязательном порядке соскоб на энтеробиоз.
* К педагогам группы, независимо от их возраста, необходимо обращаться на Вы, по имени и отчеству. Конфликтные спорные ситуации необходимо разрешать в отсутствие детей. Если вы не смогли решить какой-либо вопрос с педагогами группы, обратитесь к заместителю заведующего по ВМР или заведующему.
* Просим Вас не давать ребенку с собой в детский сад продукты питания, особенно: жевательную резинку, сосательные конфеты, чипсы и сухарики.
* Настоятельно не рекомендуем одевать ребенку золотые и серебряные украшения, давать с собой дорогостоящие игрушки.
* Педагоги готовы общаться с вами утром до 8.15 и вечером после 17:00. В другое время мы работаем с группой детей и, отвлекая нас, вы нарушаете образовательный процесс. Для того чтобы ребёнок был активен его нужно заинтересовать, но стоит одному участнику процесса отвлечься, теряется связь между всеми участниками и наладить её потом очень сложно.

И напоследок, прочту вам стихотворения, для поднятия настроения

**Родители-ласкатели-хвалители**  
Если вы родители —  
Ласкатели, хвалители.  
Если вы родители —  
Прощатели, любители.  
Если разрешатели,  
Кyпители, дарители.  
Тогда вы не родители,  
А просто восхитители!

А если вы родители —  
Ворчатели, сердители.  
А если вы родители —  
Рyгатели, стыдители.  
Гyлять не отпyскатели,  
Собакозапретители…  
То знаете, родители,  
Вы просто крокодители!

* Выступление специалистов
* Избрание родительского комитета
* Другие вопросы

Итак, уважаемые родители наше родительское собрание подходит к концу, если есть какие-то недосказанные вопросы или мысли, прошу не стесняться решать их на месте.

**Памятка для родителей:**

**«*Что должен знать и уметь ребенок 4-5 лет»***

**Речевое развитие:**

* Правильно произносить все звуки родного языка;
* Использовать в речи существительные, обозначающие профессии;
* Употреблять существительные с обобщающим значением: овощи, фрукты, ягоды, животные;
* Согласовывать слова в роде, числе, падеже;
* Употреблять предложения с однородными членами;
* Пересказывать небольшие литературные тексты, составлять рассказ по сюжетной картине, игрушке, предметам;
* Уметь отвечать на вопросы по содержанию прочитанного;
* Читать наизусть небольшие стихотворения, потешки;
* Воспроизводить содержание художественных произведений с помощью вопросов воспитателя.

**Познавательное развитие:**

* Считать в пределах 5 (количественный счет), отвечать на вопрос «сколько всего»;
* Сравнивать 2 группы предметов, используя счет;
* Сравнивать 5 предметов разной длины, высоты, раскладывая их в возрастающем порядке по длине, высоте;
* Узнавать и называть треугольник, отличать его от круга и квадрата;
* Различать и называть части суток;
* Определять направление движения от себя (направо, налево, вперёд, назад, вверх, вниз);
* Знать правую и левую руку;
* Знать и называть основные детали строительного материала (куб, брусок, пластины);
* Учить анализировать образец постройки: выделять основные части и различать их по величине и форме;
* Уметь конструировать из бумаги: сгибать прямоугольный лист бумаги пополам, совмещая стороны и углы;
* Уметь  вычленять признаки предметов (цвет, форму, величину);
* Определять материал, из которого изготовлена вещь (дерево, металл, бумага, ткань);
* Знать предметы мебели, одежды, посуды, некоторые фрукты, транспорт (автомашины, поезд, самолёт, пароход) ближайшего окружения;
* Различать и называть части тела животного и человека;
* Узнавать и называть 3-4 дерева, один кустарник, 3-4 травянистых растений;
* Различать по вкусу, цвету, величине и форме 3-5 вида овощей и фруктов;
* Знать 2-3 вида лесных ягод, грибов (съедобных и несъедобных);
* Называть насекомых;
* Иметь представления о жизни в природных условиях диких животных (заяц, лиса, медведь, волк белка, ёж): как передвигаются, чем питаются, как спасаются от врагов, приспосабливаются к жизни в зимних условиях;
* Иметь представления о домашних животных и их детёнышах (об особенностях поведения, передвижения, о том, что едят, какую пользу приносят людям.

**Художественно – эстетическое развитие:**

* Правильно передавать в рисунке форму, строение предметов, расположение частей, отношение по величине;
* Изображать в одном рисунке несколько предметов, располагая их на одной линии, на всём листе, связывать их единым содержанием;
* Создавать узоры на полосе, квадрате, круге, розете, ритмично располагая элементы;
* Лепить предметы, состоящие из нескольких частей;
* Использовать приёмы оттягивания, сглаживания, вдавливания, прижимания и примазывания;
* Владеть навыком рационального деление пластилина, использовать в работе стеку;
* Правильно держать ножницы и действовать ими;
* Резать по диагонали квадрат и четырёхугольник, вырезать круг из квадрата, овал - из четырёхугольника, делать косые срезы;
* Раскладывать и наклеивать предметы, состоящие из отдельных частей;
* Составлять узоры из растительных и геометрических форм на полосе, квадрате, круге, чередовать их по цвету, форме, величине и последовательно наклеивать.

**Социально – коммуникативное развитие:**

* Уметь договариваться  с  детьми, во что играть, кто кем будет в игре;
* Использовать  «вежливые» слова;
* Иметь  представление о работе своих родителей;
* Знать название своей Родины;
* Знать название города, деревни, где живут, улицу;
* Соблюдать  элементарные правила организованного поведения в детском саду;
* Соблюдать  правила поведения на улице и в транспорте;
* Знать правила дорожного движения (улицу переходят в специальных местах, переходить только на зелёный сигнал светофора);
* Соблюдать  элементарные правила поведения в природе (способы безопасного взаимодействия с растениями и животными, бережного отношения к окружающей природе);
* Иметь  представление о значимости труда взрослых;
* Бережно относится к тому, что сделано руками человека.

**Физическое развитие:**

* Ходить и бегать, согласуя движения рук и ног;
* Прыгать на 2-х ногах на месте и с продвижением вперед, прыгать в длину с места не менее 70 см;
* Брать, держать, переносить, класть, катать, бросать мяч из-за головы, от груди;
* Метать предметы правой и левой рукой на дальность на расстояние не менее 5 метров, отбивать мяч о землю (пол) не меньше  5 раз подряд;
* Лазать по лесенки - стремянке, гимнастической стене не пропуская реек, перелезая с одного пролёта на другой;
* Ползать, подлезать под натянутую верёвку, перелизать через бревно, лежащее на полу;
* Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
* Кататься на двухколёсном велосипеде;

Ориентироваться в пространстве.

**Анкета для родителей**

**«Чего вы ждете от детского сада в этом году?»**

Уважаемые родители!

Нам очень важно знать ваши настроение, переживания и ожидания от пребывания ребенка в детском саду.

Пожалуйста, ответьте на следующие вопросы:

1. ФИО ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. ФИО мамы, год рождения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. ФИО папы, год рождения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Что Вас больше всего привлекает в нашем детском саду (отметьте нужное)

• близость от дома;

• хорошее состояние территории и материально-техническое оснащение групп;

• наличие творческого, профессионального педагогического коллектива;

• хорошие отзывы других родителей;

• интересные программы обучения и развития ребенка;

• наличие дополнительных услуг;

• хорошее питание;

• ваши варианты ответа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Что, на Ваш взгляд, самое главное для благополучного пребывания ребенка в детском саду:

• доброе отношение воспитателей к ребенку;

• большое количество игрушек в группе;

• хорошее здоровье ребенка;

• соблюдение режима дня в детском саду и дома;

• единый подход к вопросам адаптации ребенка со стороны родителей и воспитателей;

• ваш вариант ответа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Что, на Ваш взгляд, важно знать воспитателю о Вашем ребенке? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Чему, по Вашему мнению, должен научиться ребенок в этом году? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Чему бы Вы как родители хотели научиться у воспитателей?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Каким опытом семейного воспитания готовы поделиться? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Часто ли Вы дома вместе с ребенком рисуете, читаете? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Какие консультации по вопросам воспитания и развития ребенка Вы хотели бы получить? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 12. В каких мероприятиях детского сада Вы готовы участвовать охотнее всего:

• родительские собрания;

• консультации специалистов;

• анкетирование по разным вопросам;

• участие в конкурсах;

• участие в подготовке детских праздников и развлечений;

• участие в спортивных соревнованиях;

• просмотр открытых занятий с детьми;

• ваш вариант ответа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

13. Ваше мнение о проведённой встрече?

- бесполезная

- едва ли полезная

- полезная

- очень полезная

2. Ваше мнение о предоставленной информации?

14. Как вы думаете, благодаря этой встрече будет ли вам проще общаться с вашим ребёнком?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15. Как часто необходимо проводить такого рода собрания?

- 1 раз в месяц

- 1 раз в квартал

- 1 раз в полгода

- 1 раз в год

Благодарим за сотрудничество!