


«Если хочешь воспитать своего ребёнка здоровым, сам иди по пути здоровья, иначе его некуда будет вести! » В. А. Сухомлинский

ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК



«Если хочешь воспитать своего ребёнка здоровым, сам иди по пути здоровья, иначе его некуда будет вести!» В. А. Сухомлинский

Подготовила: физ. инструктор

Платицина И.Г.

ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК

Что является ценным для человека-богатство или слава???

- Ни богатство ,ни слава не делают человека счастливым.
- «Здоровый нищий счастливее больного, но богатого короля».

По определению Всемирной организации здравоохранения здоровье – это

Состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических эффектов.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей одна из главных стратегических задач развития страны.

"Насыщенная, интересная и увлекательная дошкольная жизнь - важнейшее условие сохранения и улучшения здоровья воспитанника".

"Здоровье - бесценный дар, потеряв его в молодости не найдешь до самой старости." - так гласит народная мудрость.

Работа с родителями

Цели:

Формирование у родителей образа жизни, как ценности.

- Знакомство родителей с разными формами работы по физ. воспитанию в дош. учреждении.
- Информировании их о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности их ребенка.
- Привлечение родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.

Формы работ:

- Информационно-аналитические,
- познавательное,
- Наглядно-информационные,
- Досуговые(совместные досуги , праздники , в выставках , конкурсах, экскурсиях, походам, соревнованиях).
- Тематические встречи, конкурсы рисунков, домашние задания, практикумы,
- личный пример.

Пословицы о здоровье

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ...

...ЗДОРОВЫЙ ДУХ

ДЕРЖИ ГОЛОВУ В ХОЛОДЕ,...

...А НОГИ - В ТЕПЛЕ

ВСЯКОЕ ДЕЛО ПОПРАВИМО, ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК...

...ЗДОРОВ

ЗАБОЛЕЛ ЖИВОТ, ДЕРЖИ...

...ПУСТЫМ РОТ

ЗЕМЛЮ СУШИТ ЗНОЙ, А ЧЕЛОВЕКА - ...

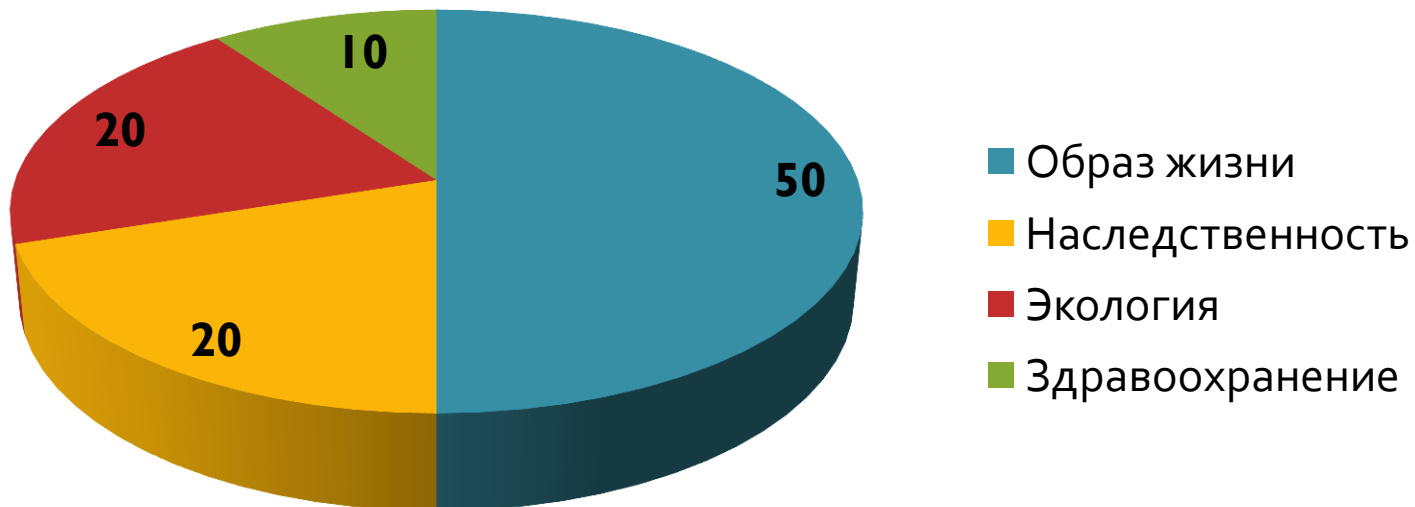
...БОЛЕЗНЬ

К СЛАБОМУ И БОЛЕЗНЬ...

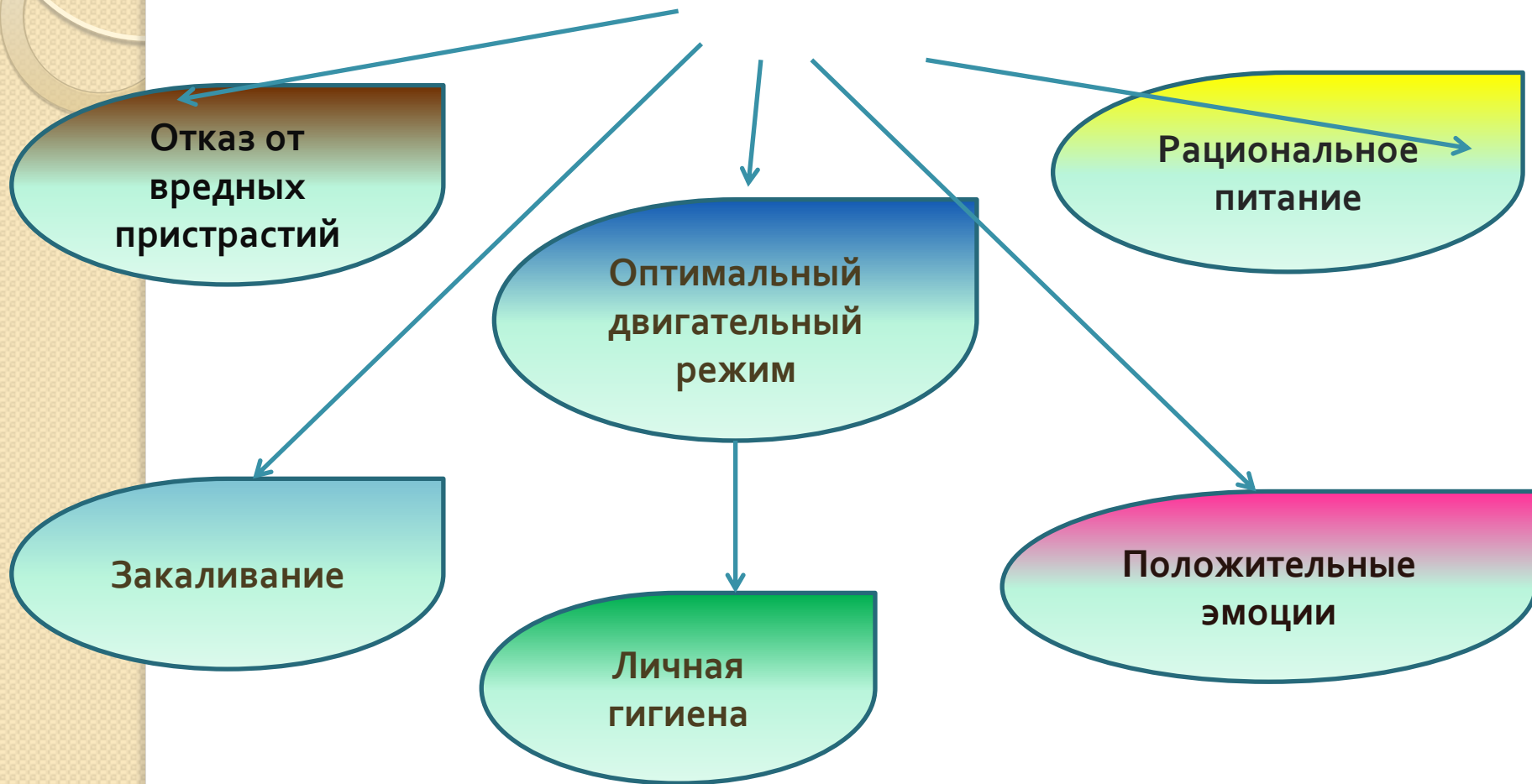
...ПРИСТАЕТ

Здоровье зависит от следующих факторов:

Факторы %



Составляющие здорового образа жизни:

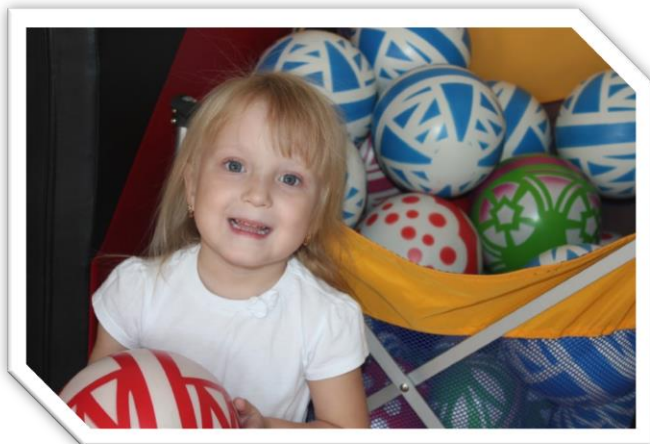


РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



**Будешь правильно питаться –
со здоровьем будешь знаться!**

ОПТИМАЛЬНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



**Чтоб сильным и здоровым быть,
в спортивный зал надо ходить!**

Личная гигиена



ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ

**Здоровье - царство смеха,
Сам смех – тропа к успеху,
И все нам удастся,
когда душа смеется.**



**Больше улыбайтесь,
каждым днем вы наслаждайтесь!**

"Насыщенная, интересная и увлекательная дошкольная жизнь - важнейшее условие сохранения и улучшения здоровья воспитанника".



**Здоровые дети –
в здоровой семье,
Здоровые семьи –
в здоровой стране,
Здоровые страны –
планета здорова,
Здоровье – какое
прекрасное слово!
Так пусть на здоровой
планете
Растут здоровые дети!**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ