

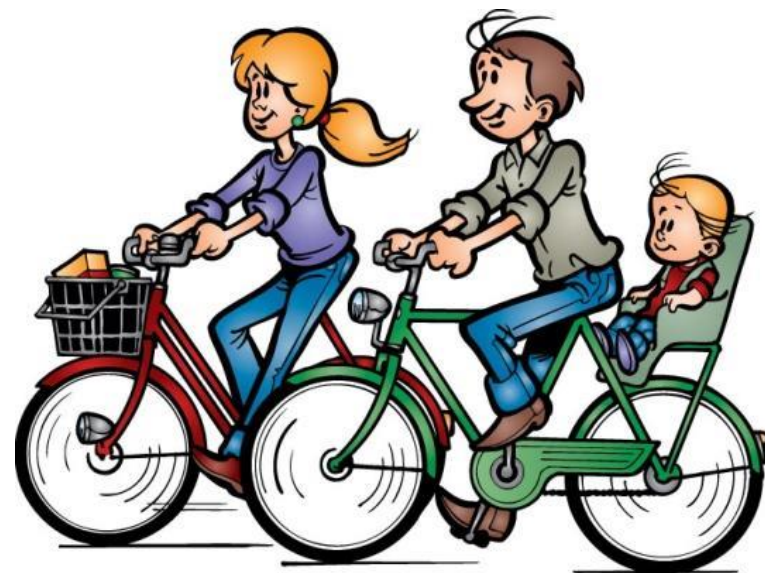
КЛУБ "К ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ ЧЕРЕЗ ДЕТСКИЙ САД"

Опыт работы

Автор-составитель:

Гуренцова М.А.

*Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №33 «Гнездышко»
города Ставрополя*



ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА РОДИТЕЛЬСКИХ КЛУБОВ МБДОУ №33



Так просто быть здоровым...

Задачи родительского клуба

«К здоровой семье через детский сад»

- *Создать единое оздоровительно – образовательное пространство «образовательное учреждение – семья»*
- *Повысить педагогическую культуру родителей*
- *Приобщать родителей к участию в жизни ДОУ через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы*



**Презентации
опыта работы МБДОУ №33
по здоровьесбережению**

**Родительские
газеты**

Дни Здоровья

Консультации

**Формы работы с родителями
по пропаганде здоровья
и здорового образа жизни**

Мастер-класс

Памятки

Брошюры





Задачи родительского клуба

- *Оказывать всестороннюю помощь и поддержку родителям в вопросах оздоровления детей, укрепление защитных сил организма*
- *Выявлять и транслировать положительный семейный опыт по оздоровлению детей*
- *Содействовать сплочению родительского коллектива с целью предупреждения заболеваний дошкольников*



Так просто быть здоровым...

Советуем Рекомендуем Предлагаем

Об эмоциях детей
раннего
возраста

Как укрепить
здоровье ребенка
в условиях семьи

Обмен опытом
«Использование
лекарственных
трав»



Так просто быть здоровым...



Изучаем вопросы, касающиеся проблемы формирования здорового образа жизни. Каков образ жизни, таково и здоровье ребенка. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. С раннего детства надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, не пить сырой воды, вовремя есть, спать.

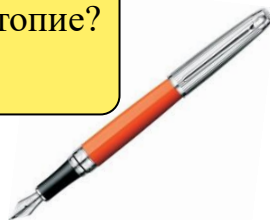
Советуем Рекомендуем Предлагаем

Гигиенический
уход за
ребенком
дошкольником

Босохождение –
элемент
закаливания
организма

Часто болеет
ребенок.
Кто виноват?

Что делать,
если у ребенка
плоскостопие?



Так просто быть здоровым...

Знаю, реализую,
защищаю:
Конвенция
о правах
ребенка

Логоритмика.
Расскажи
стихи руками

Влияние
моторики
на развитие
речи

Система здоровьесберегающих технологий в МБДОУ № 33

*Здоровьесберегающие технологии, носящие
закаливающий характер:*

**ходьба по нестандартному оборудованию*

**упражнения после сна, ходьба по ребристым
дорожкам, босоножье хождение, дыхательная
и пальчиковая гимнастика.*

*Технология сохранения и стимулирования
здоровья:*

**подвижные и спортивные игры, релаксация,
гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз,
гимнастика дыхательная, гимнастика для
бодрости.*



Так просто быть здоровым...



*Нашим мамам мы расскажем:
Для чего всем людям ножки?
Чтобы бегать по дорожкам
По дорожкам сказочным
Для массажа стопочек.
А дорожки
*с бусинками
*пуговичками,
*разноцветными пробочками,
*поролоновыми стопочками и
ребристыми полосочками.



Так просто быть здоровым...



*Учим маму не бояться,
По дорожкам мы ходить.
Вместе с нами закаляться
И всегда здоровой быть!*

*Центральным звеном закаливания является
целая цепочка последовательных действий:
*ходьба босиком и легкий бег по «дорожке
здоровья», зарядка для бодрости в постели,
утренняя зарядка и занятия физкультурой.
Не бойтесь открытых форточек, ежедневно
перед сном предлагайте малышу постоять в
ванне с теплой водой.*



Так просто быть здоровым...





Так просто быть здоровым...

При закаливании детей следует придерживаться таких основных принципов:

- © Проводить закаливающие процедуры систематически
- © Учитывать настроение ребенка и проводить процедуры в форме игры
- © Начинать закаливание в любом возрасте
- © Никогда не выполнять процедуры, если малыш замерз
- © Правильно подбирать одежду и обувь: они должны соответствовать температуре окружающего возраста и быть из натуральных тканей и материалов
- © Закаливаться всей семьей
- © В помещении, где находится ребенок, никогда не курить
- © Закаливающие процедуры сочетать с физическими упражнениями.



Так просто быть здоровым...



*Родители активные участники клуба
«К здоровой семье через детский сад»*

*Главное, донести до родителей, что движение – жизнь;
необходимо и дома, создавать условия для
двигательной деятельности. Дети, которые
мало двигаются, отстают в физическом
развитии и подвержены простудным
заболеваниям отличаются медлительностью,
неловкостью.*

*Физические упражнения только тогда
приносят пользу, когда ими занимаются
систематически. Родители обязаны ежедневно
находить время для занятий физическими
упражнениями со своими детьми и тщательно
следить за их здоровьем, обращая внимание на
внешний вид, настроение и самочувствие
ребенка.*



Технология обучения детей здоровому образу жизни:

- * охрана и укрепление здоровья ребенка
- * формирование представлений о себе, строении своего тела
- * формирование правильной осанки, культурно-гигиенических навыков и умений

Запомните:

- научить с самого раннего возраста ценить, беречь, и укреплять здоровье детей;
- * личным примером демонстрировать ЗОЖ
- * как бы ни был красив цветок, а если его не поливать в зародыше, расцвести ему не будет суждено никогда.



Так просто быть здоровым...



*«Если нам объяснить, почему не надо, то мы
и не будем болеть» Н.Носов*

*Начинать разговор с ребёнком о его теле
нужно даже тогда, когда он ещё не в
состоянии осмыслить своё тело, но уже
способен понять, как называются части
тела.*

С.Маршак

*Одна дана нам голова
А глаза два и уха два,
И два виска, и две руки,
Зато один и нос и рот.
А будь у нас наоборот –
Одна нога, одна рука,
Зато два рта, два языка
Мы только бы и знали,
Что ели да болтали.*



Так просто быть здоровым...



Советы доброго доктора Айболита

Советы доброго доктора Айболита

Айболит ответит на вопросы:

- *о пользе прогулки*
- *какие овощи и фрукты помогают всем быть крепкими и здоровыми?*
- *как проверить осанку у ребенка?*
- *следим за осанкой вместе*
- *как сохранить зрение ребенка?*
- *ветряная оспа*
- *какие лекарственные растения можно использовать при простуде?*
- разговор о правильном питании*
- *жвачка: польза или вред?*
- *ребенок и компьютер: за и против*



Так просто быть здоровым...



Сдувать снежинки,
пушинки со стола

загонять шарик в ворота

поддуть вверх пушинку

надувать шары

сдувать тычинки
созревших одуванчиков

пускать мыльные пузыри

Надувать



Так просто быть здоровым...





Так просто быть здоров



Здоровый образ жизни семьи

Забота о здоровье и развитии ребенка начинается прежде всего с организации здорового образа жизни в семье, и мы надеемся что благодаря заседаниям клуба «К здоровой семье через детский сад», тесному сотрудничеству с семьями воспитанников будет способствовать созданию благоприятного эмоционального климата в семье, дружескому доброжелательному отношению родителей друг к другу и ребенку.



Так просто быть здоровым...



«Безусловно, личный пример является важнейшим фактором.

Недаром говорят: "Ребенок учится тому, что видит у себя в дому"»

Здоровый образ жизни! Так, какой образ жизни можно назвать здоровым? Только такой, который не приносит вреда здоровью, позволяет поддерживать высокий уровень работоспособности, хорошего самочувствия и настроения.