

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 58 ГОРОДА ТЮМЕНИ
дошкольное отделение

Родительское собрание

***Тема: «Здоровье наших детей в
наших руках»***

Подготовили:

**Воспитатели: Выходцева Елена Сергеевна
Лысова Зоя Андреевна**



**Тема нашей
встречи:
«Здоровье наших
детей в наших
руках»**



Любовь

Здоровье

Семья

Успех

Карьера

Друзья

Удача

Деньги

Работа



**«Здоровье – не всё,
но всё без здоровья -
ничто».**

Сократ

Притча

“Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: “Человек должен быть сильным”, другой сказал: “Человек должен быть здоровым”, третий сказал: “Человек должен быть умным”. Но один из богов сказал так: “Если всё это будет у человека, он будет подобен нам”. И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы. Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье?....

Один из богов сказал: "Здоровье надо спрятать в самого человека". Так и живёт с давних времён человек, пытаюсь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в каждом из нас и в каждом ребёнке.



**«Здоровье – это
состояние полного
физического, душевного и
социального благополучия, а
не только отсутствия
болезней и физических
дефектов».**

Факторы, влияющие на состояние здоровья:

Развитие здравоохранения - 10%

Экология – 20%

Наследственность – 20%

Образ жизни человека – 50%

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения. Главная цель детского сада – совместно с семьей помочь ребенку вырасти крепким и здоровым, дать ребенку понять, что здоровье главная ценность жизни человека. В детском саду оздоровление детей происходит в течении всего дня.

Дети о здоровом образе жизни:



Надо
закаляться

Нельзя есть
вредные

и грязные
продукты

Дышать
свежим
воздухом



Дети о здоровом образе жизни:

Заниматься
спортом

Делать
зарядку

Надо
закаляться,
обливаться
холодной
водой

Кушать
витамины



Дети о здоровом образе жизни:



Быть
чистым

Много гулять

и
аккуратным



Играть в
подвижные
игры

Нельзя долго
сидеть за
компьютером



В нашем дошкольном учреждении делается все, чтобы воспитанники были здоровыми. Для этого с детьми проводятся:

- **Гимнастика (утренняя, дыхательная, для глаз, после сна)**
- **Ходьба по массажным дорожкам**
- **Динамические паузы, физ. минутки (для снятия умственного и психического напряжения)**
- **Подвижные игры, игры-забавы, хороводы**
- **Спортивные праздники, упражнения**
- **Досуги, развлечения, неделя Здоровья**
- **Прогулки, походы**
- **Умывание, воздушные ванны**
- **Полоскание рта теплой водой после обеда**
- **Правильное питание**
- **Употребление в пищу лука и чеснока, а так же вдыхание их запахов**
- **Соблюдение режима дня**

Утренняя гимнастика

«Если день начать с зарядки – значит, будет все в порядке!»



Дыхательная гимнастика



Подвижные игры



Спортивные игры, досуги



Физкультурное занятие

Мы ногами топаям,
А руками хлопаем.
Носок-пятка, носок-пятка,
А теперь пойдём в присядку.
Приседаем, приседаем
И как птички мы летаем.
На носочках потянулись.
За грибочками нагнулись.
А теперь скорей бежать,
Никому нас не догнать



Физкультурное занятие на воздухе



Прогулки

На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!



Походы, экскурсии



Физкультминутки



Дневной сон



Гимнастика после сна

Глазки открываются,
Глазки просыпаются,
Потягушки - ножки,
Потягушки - пяточки,
Ручки и ладошки,
Сладкие ребяточки!



Рациональное питание

*Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты —
Вот полезная еда,
Витаминами полна!*



Труд



Культурно-гигиенические навыки



Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.



Бабочка - у Леши,
Ягодка - у Насти,
Мы совсем не путаем
Полотенца наши.

Притча


Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот он решил придумать такой вопрос, чтобы мудрец на него не смог ответить.

И он пошёл на луг, поймал бабочку. Посадил её между сомкнутых ладоней и подумал: «Спрошу-ка я у мудреца: скажи, о мудрейший, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?»

Если он скажет – живая, я сомкну ладони, и бабочка умрёт, а если он скажет – мёртвая, я раскрою ладони и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее.

Завистник поймал бабочку, посадил её между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того: «Какая бабочка у меня в руках, о, мудрейший, – живая или мёртвая?» И тогда мудрец сказал: **«Всё в твоих руках, человек!»**

**Наше здоровье
и здоровье
наших детей
в наших руках**



«Мой ребёнок будет здоров, если...»

**Вести здоровый
образ жизни**

**Соблюдать
режим дня**

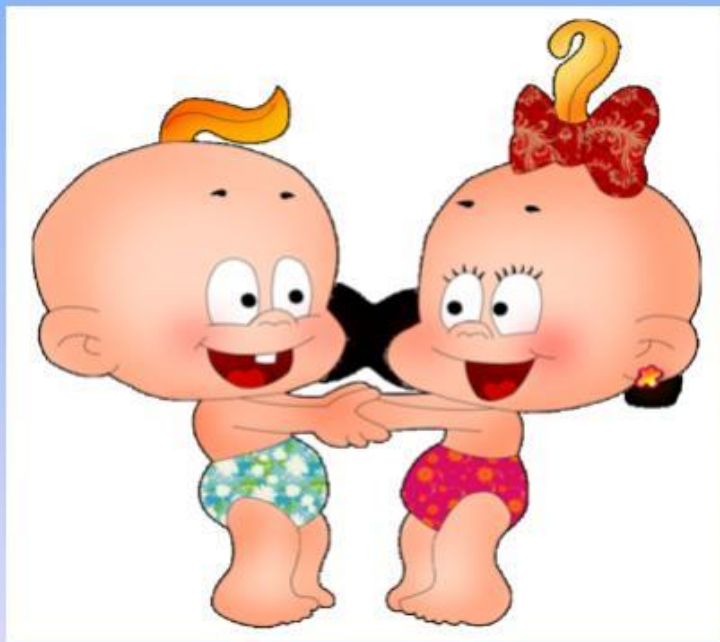
Закаляться

**Больше времени
проводить на
свежем воздухе**

**Заниматься
физкультурой и
спортом**

**Рационально
питаться**

Здоровье детей – в наших руках



"Если нельзя вырастить ребёнка, чтобы он совсем не болел, то во всяком случае, поддерживать его высокий уровень здоровья вполне возможно"
Академик, хирург Н. М. Амосов.





**** Спасибо
за внимание!***