

МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №2  
«СОЛНЫШКО»

# Взаимодействие с семьёй по вопросам физического воспитания и укрепления здоровья детей.

Васильевская Надежда Валентиновна,  
воспитатель оздоровительной группы  
МБДОУ «Детский сад №2 «Солнышко»

«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделать его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегают, кричит, пусть он находится в постоянном движении». Жан-Жак Руссо.



## **«Программа оздоровления для часто и длительно болеющих детей».**

**Цель:** Укрепление физического и психического здоровья и снижение заболеваемости ослабленных и часто болеющих детей.

### **Задачи:**

- Укрепление физического и психического здоровья детей путём постепенного увеличения двигательной активности и физических нагрузок с учётом состояния физического и психического здоровья.
- Организация комплексной оценки состояния здоровья и физического развития.
- Организация воспитательно – образовательного процесса с учётом состояния физического и психического здоровья.

## «Профилактика и коррекция плоскостопия».



# Упражнения при плоскостопии.



## Собрание на тему: «О здоровье всерьёз».



# Массаж «Неболейка» .



# Массаж спины.



## «Дыхательная гимнастика в жизни ребёнка»

Для ослабленных детей правильное дыхание является залогом оздоровления .

Правильное дыхание стимулирует работу сердечно – сосудистой, нервной системы, головного мозга способствует умению управлять своим поведением.





**Здоровье – это большой дар, оно даётся один раз и его необходимо сберечь, так как без него невозможна счастливая, интересная и долгая жизнь.  
Так будьте здоровы!**