

ГБДОУ д/с №39 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРЕЗЕНТАЦИЯ на тему:
«Формы работы с родителями по формированию основы культуры здоровья»



Подготовили:
Гоч Е.
С.

Страница I «НАУЧНАЯ»

ЦЕЛЬ
:
Создание единой методической базы по формированию мотивации у детей и их родителей к здоровому образу жизни.

ЗАДАЧИ:

- Рассмотреть возможные формы работы с родителями по данным темам:
 - психологический микроклимат;
 - режим дня;
 - питание;
 - закаливание.



Страница II «Психологическая»

Возрастные особенности дошкольников ставят психологов и педагогов перед необходимостью использования различных методов и коррекционно-развивающих задач.

Известно, что в ходе взаимодействия с окружающими людьми происходит социализация ребёнка, усвоение им определённой системы ценностей, норм общечеловеческой культуры.

Психическое здоровье – фундамент духовного развития. Доказано, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, а положительное состояние относится к числу важнейших условий развития личности.

Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствует проявлению нарушений в эмоциональном развитии дошкольника, которые обостряют чувствительность ребёнка, повышают уровень тревожности, нерешительности, замкнутости и неуверенности в себе, что приводит к невротизации.

Формы работы

с детьми

- Занятия;
- Закаливающие мероприятия;
- Праздники;
- Традиции(празднование Дня рождения, посиделки, развлечения т.д.) и другие.

с родителями

- Устный журнал;
- Индивидуальные беседы, консультации;
- Родительские собрания;
- Выявление проблемных семей и работа с ними.



Страница III «Правильная»

Один из немаловажных отличительных признаков воспитания в детском саду от домашнего – это РЕЖИМ ДНЯ. В детском саду все подчинено заранее установленному распорядку. И это несомненный плюс. Ведь такая системность приучает даже самого взбалмошного карапуза к аккуратности, точности, порядку.

Когда жизнь детей проходит в соответствии с режимом дня, когда они едят, спят, бодрствуют, гуляют в одни и те же часы, то дети растут спокойными, с интересом занимаются, крепко спят, с аппетитом едят.

При небрежном отношении взрослых к режиму дня у детей не вырабатывается привычка к порядку, каждый раз приходится напоминать, что перед едой надо мыть руки, после игры убрать игрушки, вовремя сесть за стол и лечь в постель.



Страница IV «Вкусная»

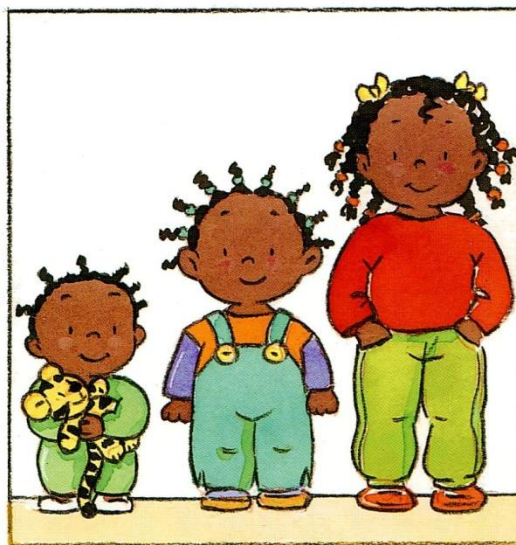
Что может быть полезней,
Чем овощей бальзам и фруктов
сок?

Они целебны ото всех болезней
И жизни нашей удлиняют срок.



В продуктах содержатся
полезные вещества.
Они нужны нам,
чтобы быть здоровыми
и весёлыми!

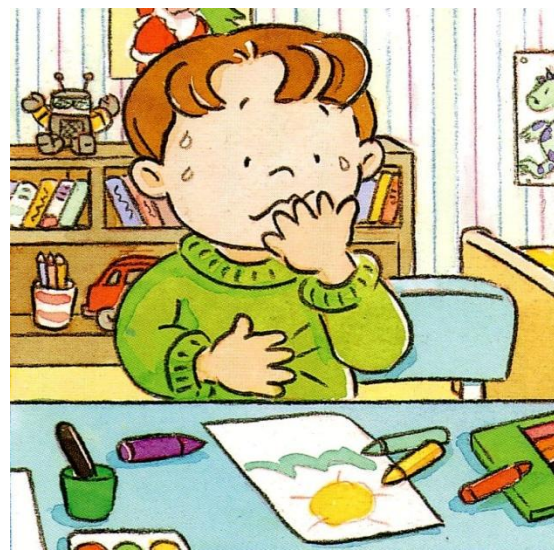
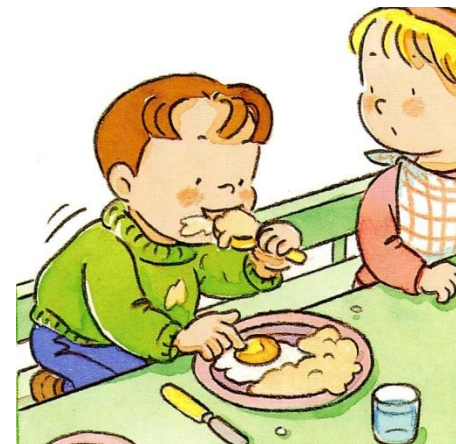
Ты ешь,
поэтому растёшь,
и у тебя есть силы
играть,
работать,
думать!



Полезные советы



Есть нужно сидя.
Хорошо пережёвывай еду
и не торопись!



Во время еды нельзя играть,
иначе можно прикусить язык или подавиться!



Если ты будешь есть
немытые
фрукты и овощи –
заболит живот

Прежде чем съесть
яблоко,
его надо хорошо
вымыть



Для удобства, мама
порежет его на
несколько частей



Поводов покапризничать за обедом у малышей много. То это они не будут, то им не вкусно. Ну не хотят дети есть полезные и необходимые, с точки зрения взрослых, продукты.

А может быть потому что мы их к этим продуктам вовремя не приучаем?

Дети страшно консервативны в еде: что знают, то и будут есть, а может и потому, что воспитание вкуса процесс долгий.

Психологический комфорт детей
во время пребывания
в образовательном учреждении
зависит от организации питания.



Страница V «Здоровая»

Закаливающие мероприятия:

- Утренняя гимнастика;
- Прогулки (два раза в день);
- Гимнастика на кроватях;
- Физкультурное занятие (2 раза в неделю);
- Ходьба по мокрой дорожке и ходьба по коррегирующим дорожкам (босиком);
- Бодрящая гимнастика после сна;
- Воздушные ванны
(обливание рук до локтя).

Давно уже бесспорно:
Без спорта жить нельзя.

Ну, что за жизнь без спорта,-
Скажите нам, друзья!

Ведь нам со спортом легче
Живётся на земле.

От всех болезней лечит
Зарядка на заре.



с гантели
как пух.
здоровом теле-
ловый дух!

Закаливание –

одна из форм укрепления здоровья человека

Закаливание необходимо проводить с постепенно нарастающей силой раздражения.

Это значит, необходим **постепенный переход** от более высоких температур к более низким и от малой продолжительности процедур к большей.

Способов закаливания много

Очень простой и эффективный способ закаливания - это хождение босиком

Дело в том, что подошвы ног - несколько необычный участок кожи нашего тела. Там расположены точки - проекции наших внутренних органов. Нажимая на них, можно снять боль, оказать лечебное воздействие на определенные органы.

Регулярно по утрам, умываясь, потопчитесь на вязаном бугристом коврике босыми ногами. И вы убедитесь, как сразу же к вам придет ощущение бодрости после сна, организм будет лучше подготовлен к умственной и физической работе

1000 лет назад великий врач Древнего Востока Авиценна писал:

«С гимнастикой дружи, всегда веселым будь, И проживешь 100 лет, а может быть, и более. Микстуры, порошки - к здоровью ложный путь. Природою лечись - в саду и чистом поле».

Закаливанию способствуют пребывание на свежем воздухе, водные процедуры