





# Здоровая личность в здоровой семье



# Что такое здоровье?

- Здоровье – это красота.
- Здоровье – это богатство, которое не продается и не покупается.
- Здоровье надо беречь.
- Здоровье – мы и природа.
- Здоровье – когда я бегаю, прыгаю, и у меня все получается.
- Здоровье нужно всем: и детям, и взрослым, и даже моему коту.
- Здоровье – это счастье, это когда здоровы мои папа и мама, когда у нас дружная семья, и я с радостью бегу домой, где меня всегда ждут.

# ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

- благоприятные социальные условия жизни;
- режим дня;
- закаливание;
- физкультура;
- отказ от вредных привычек;
- правильное питание
- .....



# Психо-эмоциональное здоровье

- доброжелательное отношение к ребенку;
- эстетика труда и отдыха
- активный досуг;
- занятия различными видами искусств; совместные игры в кино, театр, музеи
- упражнения на снятие напряжения
- любовь и нежность

# Духовно-нравственное здоровье

- соблюдение правил этикета;
- обучение правилам  
бесконфликтного общения;
- ПОЗИТИВНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЖИЗНИ;
- воспитание доброты,  
толерантности, взаимной  
ВЕЖЛИВОСТИ

# Работа в группах

**1 группа** – создать словесный портрет здоровой семьи

**2 группа** – создать словесный портрет нездоровой семьи

**3 группа** – вспомнить пословицы и

поговорки о здоровье

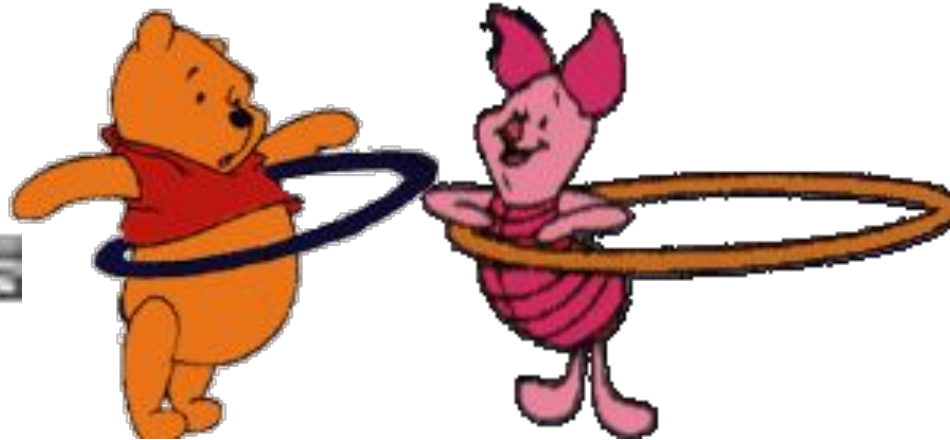
Здоровая семья

Нездоровая

семья



МОЙ РЕБЕНОК БУДЕТ ЗДОРОВ,  
ЕСЛИ Я ...



Уважаемые родители, вы должны  
помнить: то, чему вы научите своих  
детей, они понесут в свои семьи.  
**«Учи показом, а не рассказом», - говорили в  
древности**

Ведь мы хотим, чтобы семьи наших  
близких были здоровы! Не ждите,  
что здоровье само придет к вам.  
Идите вместе со своим ребенком  
ему навстречу!

## **Уважаемые дети!**

Мы - ваши родители. Сотрудничайте с нами!

От нас зависит, какими вы станете, но и от вас зависит, какие родители получатся из нас.

Мы не были родителями изначально, мы стали ими в момент вашего появления на свет. Как родители мы ровесники вам и не меньше, чем вы, нуждаемся в помощи и поддержке.

Мы так же, как и вы, имеем право на ошибку. И мы хотим, чтобы вы любили нас и тогда, когда мы ошибаемся.

Мы заботимся о вас. Очень хочется, чтобы вы ценили это. Нам так приятно услышать от вас «Спасибо!»

Мы пытаемся как можно реже употреблять фразу «Ты должен». Постарайтесь и вы, не дожидаясь требований, по доброй воле говорить иногда: «Давай, я сделаю».

Не забывайте, что родители - не рабы своих детей. Мы имеем право на свою жизнь и нуждаемся в отдыхе.

Уважайте наших друзей, как мы уважаем ваших.

Мы растем и развиваемся вместе с вами. Так давайте грести вместе и в одном направлении, иначе наша семейная лодка может опрокинуться.

