

Роль семьи и детского сада сада в формировании здоровья детей



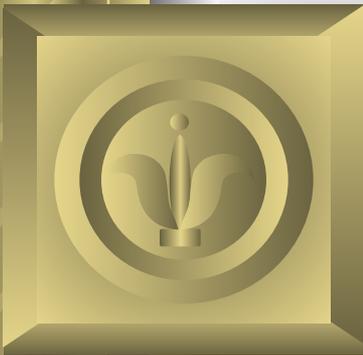
Цель - укрепление процесса взаимодействия ДООУ и семьи в рамках проблемы сохранения и укрепления здоровья детей младшего дошкольного возраста

Задачи - укрепление и здоровье детей, формирование привычки к здоровому образу жизни

Актуальность - На протяжении последних лет нас всех поражает грустная статистика частоты заболевания детей дошкольного возраста. Каждый третий имеет отклонения в физическом развитии. Конечно, причин тому много: и экологических, и социальных, и генетических, и медицинских. Одна из них невнимание взрослых к здоровью детей. Иначе говоря, мы любим свое дитя, усердно лечим, когда оно заболит, а в повседневности не используем весь арсенал средств и методов для предупреждения заболевания и укрепления здоровья ребенка. Не следует забывать, что дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Презентацию подготовила – Хрусталёва О.И., воспитатель

Название учреждения – Муниципальное дошкольное образовательное учреждение МБДОУКВ7 г. Пикалёво Ленинградской области



Содержание

1. **Что мы знаем о здоровье**
2. **Определение здоровья**
3. **Растим здорового ребенка**
4. **Что должны делать родители**
5. **Что делать в условиях семьи**
6. **Зимние игры на свежем воздухе**
7. **Пословицы и поговорки о здоровье**



Что мы знаем о здоровье

Здоровье – это главное, все остальное
без него – ничто.

Сократ

Единственная красота, которую я знаю –
это здоровье.

Генрих Гейне



Определение здоровья

Здоровье есть гармония противоположно направленных сил - Это самое раннее из определений здоровья — определение Алкмеона.

Здоровье- это состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов - Устав Всемирной Организации Здравоохранения

Здоровье - это не отсутствие болезней, а физическая, социальная и психологическая гармония человека, доброжелательные отношения с другими людьми, с природой и самим собой – И. И. Брехман, российский учёный-фармаколог

Растим здорового ребенка

Семья – первый скульптор, который формирует мягкую, как воск, неоформленную душу и ум, волю и характер ребенка. Ребенок изучает мир через семью, в свете семьи. Несомненно, что свои первые жизненные установки он получает именно в семье.

Полноценное здоровье и гармоничное физическое развитие ребенка – то, к чему стремятся все родители. Для реализации этой мечты нужны не только рациональное питание, положительный психоэмоциональный фон, но и формирование хороших привычек, грамотно организованный процесс физического воспитания. Чтобы добиться позитивных результатов, необходимо тесное сотрудничество семьи и детского сада.



Что должны делать родители

В первую очередь родители должны стать эмоциональной опорой для ребенка. Очень важна помощь семьи в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду: дать ему возможность постепенно привыкать к новым условиям, максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов, продумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыш возьмет с собой в группу детского сада.

Родители должны обеспечить дошкольное учреждение полной информацией о здоровье ребенка. Режим сна и питания, диету, принятые в детском саду, нужно соблюдать и дома. Воспитателям намного легче работать, если в домашних условиях продолжается формирование привычек, вырабатываемых в детском саду:

Умываться

Мыть ноги летом и перед дневным сном

Следить за состоянием рук, мыть их после прогулки

Пользоваться унитазом и туалетной бумагой

Чистить зубы и полоскать рот после еды

Правильно применять предметы индивидуального пользования — расческу, полотенце, носовой платок

Что делать в условиях семьи

В выходные и воскресные дни желательно соблюдать режим дня, родители должны знать, что ребенку во время прогулок необходимо много и свободно двигаться, так как именно в двигательной активности он находит место своей неумемной энергии и фантазии, она стимулирует эмоции, речевую и мыслительную деятельность, саморегуляцию. Очень хорошо ввести семейную традицию занятий спортом, приобщать ребенка к ходьбе на лыжах, катанию на коньках, на велосипеде, спортивным играм, плаванию. Играя с ребенком, взрослые должны воспитывать умение подчиняться общему правилу, контролировать проявление эмоции и поведение, формировать психологическую устойчивость к неудаче.



Зимние игры на свежем воздухе

Зима — не повод закутавшись в теплый и плед сидеть у телевизора.

Купите ребенку два комплекта теплой непромокаемой одежды, отправляйтесь на улицу лепить снежных баб и играть в снежки. Игры со снегом запомнятся ребенку на всю жизнь, да и вы получите массу удовольствия, на какое-то время вернувшись в детство.



Ангелы

Покажите ребенку, как надо упереться в землю, чтобы потом повалиться назад в снежный сугроб и захлопать в снегу руками и ногами, как будто летишь. Снег облепит малыша, и его одежда будет белоснежно-ангельской, а руки станут похожи на крылья. Потом помогите малышу осторожно встать, не разрушив «ангельскую» форму. Если игра в ангелов уже не в новинку вашей семье, попробуйте создать с ребенком другие снежные образы, напоминающие разных животных. Возможно, малыш сможет сообразить, как улечься на один бок и согнуть руку так, чтобы след от него походил на слоновый хобот, или ребенок может встать в снегу на четвереньки и вообразить, что это не его, а лошадиные ноги в снегу, а сам он лошадка.

Варежка-подружка

Если вашему сыну или дочке хочется пойти погулять по снежку, а рядом нет никого, кто составил бы малышу компанию, предложите ему поиграть с варежкой-подружкой. Возьмите варежку, у которой потеряна пара, - и сделайте ей лицо: из пуговичек - глазки, а из красной нитки - рот (или нарисуйте лицо). Теперь ваш малыш с удовольствием возьмет на улицу варежку-подружку и поучит ее, как играть в снегу.

Снежные краски

Для разнообразия ваш снег можно сделать цветным. Для этого возьмите полстаканчика воды и добавьте туда пищевого красителя. Дайте ребенку несколько таких стаканчиков с разными красками. Разбрызгивая краски на снег или наполняя им стаканчики, он получит подкрашенный снег, из которого можно делать шарики, разные фигурки или снеговиков. Это очень удобный момент познакомить ребенка с особенностями цветовой гаммы. Дайте малышу стаканчики с красной и желтой красками, и пусть он выльет половину каждой краски в стаканчик со снегом. Полученный раствор помешайте ложкой, и вы увидите, в каком восторге будет ребенок, когда он поймет, что, соединив красную и желтую краски, можно получить оранжевый цвет.



Уважаемые мамы и папы, бабушки и дедушки!

Здоровье человека всецело зависит от образа его жизни, поведения. Вот почему так важно научить детей с детства бережно относиться к самому себе, сохранять, развивать, приумножать то, что дано самой природой.

Запомните

Здоровье дороже богатства

Здоровым будешь – всё добудешь

Здоровье не купишь

В здоровом теле – здоровый дух

