



# РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «РЕБЕНОК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ»



ВОЛКОДАВ  
ЛИЛИЯ  
ВАЛЕРЬЕВНА

ЗДОРОВЬЕ - ВСЕМУ ГОЛОВА!

# Повестка собрания:

1. БЕСЕДА – ДИАЛОГ:  
«РЕБЕНОК И ЕГО  
ЗДОРОВЬЕ»
2. РАЗНОЕ



**ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ-**



**«Солнце, воздух и вода – наши  
лучшие друзья!»**





# ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ?

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

*По определению специалистов Всемирной организации здравоохранения*

## Чтобы ребенок был здоров

- Утренняя гимнастика.
- Прогулка.
- Закаливание.
- Занятия спортом.
- Правильное питание.
- Здоровый сон.



# Какие Вы знаете основные составляющие здоровой жизни?



**Привычка** — это действие, постоянное осуществление которого стало для человека потребностью и без которого он уже не может обойтись.

**Вредные привычки** - это привычки, которые вредят здоровью человека и мешают ему осуществлять свои цели и полностью использовать в течение жизни свои возможности.

## Полезные привычки

Привычки, способствующие сохранению здоровья, считаются полезными.

Полезные привычки :

- УМЫВАТЬСЯ
- чистить зубы ,
- соблюдать режим дня,
- спать при открытой форточке и др.



## Вредные привычки.

Все полезные и вредные привычки человек вырабатывает в себе сам.

Только полезные привычки требуют постоянного ухода – дело это нелегкое, изо дня в день нужно трудиться, чтобы получить результат, а вредные привычки очень легко пускают корни, как сорная трава. Но зато полезные привычки делают из своего хозяина настоящего человека.

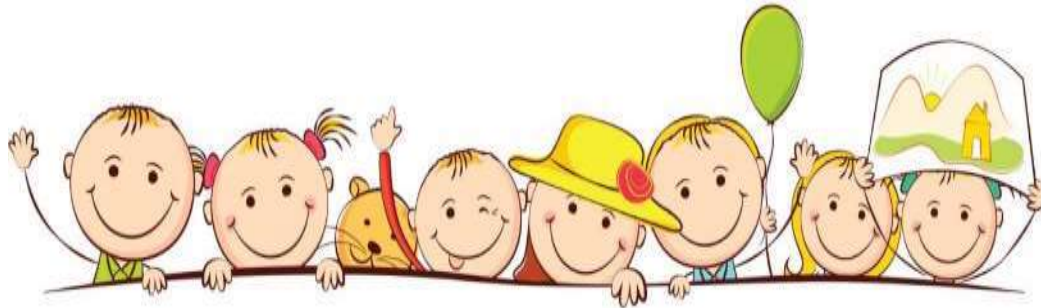




# *Здоровье детей – в наших руках*



**"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.**



## **Уважаемые родители!**

**Помните, что здоровье ребенка в Ваших руках!**

**Вам необходимо создать условия здорового образа жизни(ЗОЖ) ребенка. Чем больше мы будем показывать, и рассказывать ребенку о**

**здоровье, тем лучше для его развития.**

**Предлагаем Вам поддержать инициативу детского сада и внедрять ЗОЖ в семью**



# Решение родительского собрания:

1. Создать необходимые условия для реализации потребности ребёнка в двигательной активности в повседневной жизни.
2. Равномерно распределять физическую и умственную нагрузки в течении дня
3. Систематически интересоваться полученными знаниями детьми по формированию здорового образа жизни и закреплять их дома.
4. Организовать дома режим дня и питания, приближенных к детскому саду.
5. В выходные дни организовывать прогулки вместе с детьми.
6. Систематически проводить закаливание ребёнка в условиях семьи.

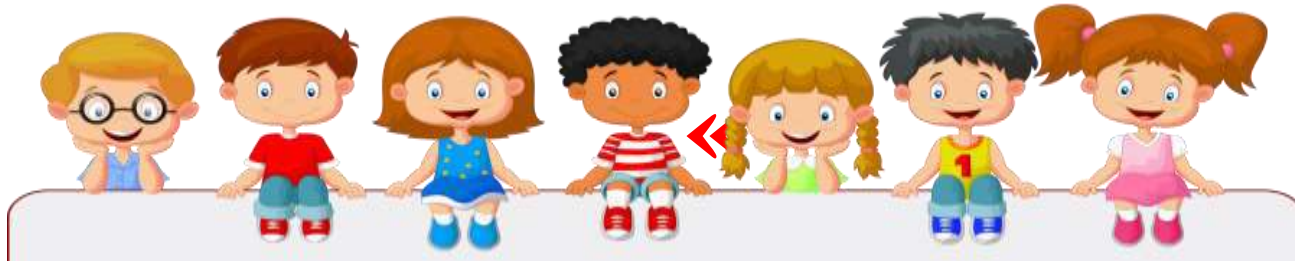
(Срок - постоянно, ответственные - родители)



*Давайте растить*



*детей здоровыми!*



## Планета желаний»

- **красный круг**

(оценка отличная, с пользой дела);

- **зелёный круг**

(оценка удовлетворительная, так себе);

- **синий круг**

(оценка неудовлетворительная, время прошло зря)



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ  
БУДТЕ СЧАСТЛИВЫ  
И ЗДОРОВЫ**

