

# Консультация для родителей

**Тема:** «Образ жизни семьи и здоровье ребенка».

**Подготовила:** Диброва Оксана Ивановна – воспитатель МДОУ д\с №32 п. Птичное.

# Актуальность

*Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.*

# Цель:

- Объединить усилия семьи и детского сада в решении задач, связанных с укреплением здоровья детей, сформировать у родителей практические умения и навыки, значимые для формирования у детей здорового образа жизни.

# Задачи:

- 1. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.
- 2. Расширять знания родителей о физических умениях и навыках детей.

## Участники проекта:

- родители

## Тип проекта:

- Информационно-творческий, групповой

# Наблюдение за взаимоотношением М

## родителей и детей

### 1. Стилль взаимоотношений родителей с детьми:

- эмоциональная окраска этих взаимоотношений
- характер обращения к ребенку
- интонации высказываний / употребление уменьшительно-ласкательных, грубых слов
- наличие замечаний, наравоучений
- вопросы о проведенном дне
- стиль помощи ребенку.

### 2. Что интересует родителей о жизни ребенка в детском саду:

- его поведение
- успехи на занятиях
- аппетит
- дневной сон
- развитие культурно-гигиенических навыков
- нравственные качества ребенка
- общение со сверстниками.

# Предварительная работа

- Анкетирование родителей с целью выявления знаний и умений в области здорового образа жизни, организации двигательной активности детей, выполнение режимных моментов в семье.

# Ценностные ориентации родителей

67%	Крепкое здоровье
67%	Морально-нравственные качества
39%	Образование
17%	Материальное благополучие
17%	Волевые качества



# Основные причины, мешающие родителям уделять большее внимание здоровью детей



Основные причины, мешающие родителям уделять большее внимание здоровью детей

Дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости (61%)

Отсутствие специальных знаний и умений (39%)

Недостаточный уровень материальной обеспеченности (28%)

# Что способствует укреплению здоровья и предпринимается родителями с этой целью?

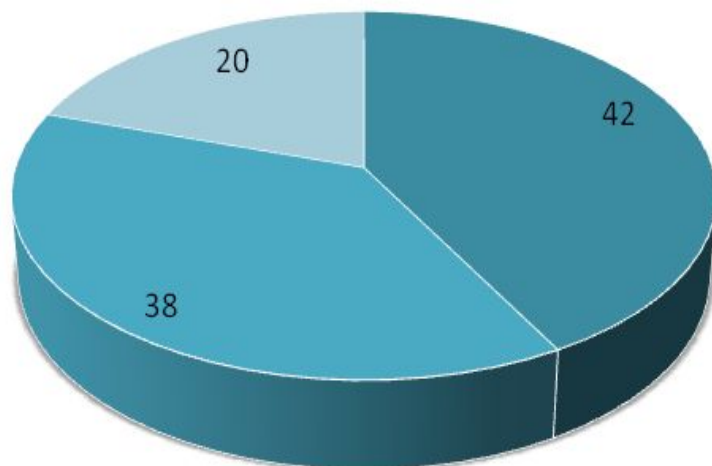


# Факторы, влияющие на приобщение детей к ЗОЖ



Хотя родители и признают значение личного примера в формировании здорового образа жизни и основным источником информации для них служит жизненный опыт, **их пример явно нельзя рассматривать как позитивный**

## Результаты социально-гигиенического скрининга условий и образа жизни семей воспитанников (%)



- осознают значимость ЗОЖ, но его не ведут
- стремятся и пытаются вести ЗОЖ
- ведут здоровый образ жизни

# Я здоровым!

Выпуск № 1, январь 2009 г.

Тема выпуска: «Принципы»

В настоящее время пропаганда

здоровья. Мы рассмотрим в основном

здоровья. Мы рассмотрим в основном



здоровья. Мы рассмотрим в основном

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33
- 34
- 35
- 36
- 37
- 38
- 39
- 40
- 41
- 42
- 43
- 44
- 45
- 46
- 47
- 48
- 49
- 50
- 51
- 52
- 53
- 54
- 55
- 56
- 57
- 58
- 59
- 60
- 61
- 62
- 63
- 64
- 65
- 66
- 67
- 68
- 69
- 70
- 71
- 72
- 73
- 74
- 75
- 76
- 77
- 78
- 79
- 80
- 81
- 82
- 83
- 84
- 85
- 86
- 87
- 88
- 89
- 90
- 91
- 92
- 93
- 94
- 95
- 96
- 97
- 98
- 99
- 100

# Я здоровым быть

Выпуск № 3, июнь 2009 г.

Тема выпуска: «Летний отдых»



период в нашем детском  
Об этом Вы можете узнать, прочитав

Сколько  
болит  
проблема  
на  
использовании  
ресурсов

Вот  
стоимость  
физической  
при

# Я здоровым быть мечтаю

Выпуск № 2, март 2009 г.

Тема выпуска: «Пирамида питания»



*«Человеку нужно есть,  
Чтобы встать, и чтобы сесть,  
Чтобы прыгать, кувыркаться,  
Наслаждаться, дружить,  
Смеяться,  
И при этом не болеть,  
Нужно правильно питаться  
С самых юных лет уметь.»*

Продуктов питания  
имеется огромное  
множество. Одни дети  
кушают с удовольствием,  
другие же им не нравятся. Но  
для сохранения и укрепления  
здоровья необходимо

правильно питаться. Насыщайте рацион необходимыми  
продуктами пирамиды питания!

Для Вас: вся «молочная» правда, полезность любимой  
кратушки и разные вкусняшки для Ваших детей,

***Движение – это  
жизнь,  
развитие.***

***Необходимо двигаться,  
играть с детьми и  
тогда они будут  
здоровы и счастливы.***

**Традиционные  
формы  
оздоровления**

```
graph TD; A([Традиционные формы оздоровления]) --> B([Физические упражнения]); A --> C([Активный отдых]); A --> D([Гигиенические и водные процедуры]); A --> E([Свето-воздушные ванны]);
```

**Физически  
е  
упражнений**

**Активный  
отдых**

**Гигиенические  
и водные  
процедуры**

**Свето-  
воздушные  
ванны**





Точечный  
массаж

Пальчиковая  
гимнастика

Дыхательная  
и  
звуковая  
гимнастика

Нетрадиционные  
формы  
оздоровления

«дорожки  
здоровья»

Психогимна  
стика и  
релаксация

Арома- и  
фитотерапи  
я

Игровой  
массаж,  
самомассаж

Музтерапия

Гимнастика  
пробуждени  
я

**Все родители хотят видеть своих детей счастливыми. Основа счастья -это здоровье.**



# Ожидаемые результаты

- Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.