

# Родительское собрание в старшей группе «Непоседы» «Здоровье наших детей в наших руках»



- Подготовила воспитатель
- I категории  
МБДОУ « Д/С № 24 » г.  
Троицка:  
Сулейманова С.В.

**«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов»**





**ФИЗИЧЕ  
СКОЕ**



**НРАВСТВ  
ЕННОЕ**



**ПСИХИЧ  
ЕСКОЕ**



**СОЦИАЛ  
ЬНОЕ**



**Физическое здоровье – это такое состояние человеческого организма, при котором все его внутренние органы и он в целом способны исправно осуществлять свои основные функции.**



# Роль физкультуры в жизни человека



1. Оздоровление мозга, развитие новых клеток центральной нервной системы.
2. Физические упражнения помогают справиться с депрессией .
3. Укрепление здоровья сердечно - сосудистой системы.
4. Физкультура стимулирует обмен веществ.

## Закаливание



Эффективным средством закаливания является хождение по солевым дорожкам. Солевой раствор раздражает хеморецепторы, вызывая расширение периферических сосудов стоп. Рефлекторно усиливается теплообразование, увеличивается прилив крови к нижним конечностям и стопам, длительное время сохраняется тепло.

# Нравственное здоровье.

«В человеке всё должно быть прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли...»  
здоровая душа и телом здорова

Золотое правило нравственности:

*«Относись к людям так,  
как хочешь чтобы люди  
относились к тебе»*





## Социальное здоровье это:

Здоровый эгоизм, думай не только о себе, но и о других.

Жить в гармонии с окружающими, лучше чем жить в конфликте с ними.

- «Здоровая семья – это семья, в которой присутствуют
- взаимопонимание и доверие».
- доброе слово лечит, а злое калечит
- Социальное здоровье это способность жить и общаться с другими людьми в нашем мире. Наша способность создавать и поддерживать положительные отношения с семьей, друзьями и коллегами способствует нашему социальному оздоровлению.







**Психическое здоровье:**  
это состояние психической  
сферы, основу которой  
составляет душевный  
комфорт, адекватная  
поведенческая реакция



**Здоровье - царство смеха,  
Сам смех – тропа к успеху,  
И все нам удастся, когда  
душа смеется.**



# Правильное распределение режима дня



- Распорядок в действиях воспитывает силу воли и приучает к дисциплине.
- Человек, соблюдающий режим дня, всегда бодрый, энергичный и жизнерадостный.



**Здоровье – это бесценный дар,  
он дан увы не навечно, его надо беречь!**

**И.И. Павлов**



## ПОСЛОВИЦЫ

- здоровая душа и телом здорова (нравственное здоровье).

- быстрого и ловкого болезнь не догонит (физическое здоровье).

- доброе слово лечит, а злое калечит (социальное здоровье).

- здоровое веселье от любых болезней спасенье (психическое здоровье)

## А закончим мы наше собрание небольшой притчей.

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот он решил придумать такой вопрос, чтобы мудрец на него не смог ответить.

И он пошёл на луг, поймал бабочку. Посадил её между сомкнутых ладоней и подумал: «спрошу-ка я у мудреца: скажи, о мудрейший, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?»

Если он скажет – живая, я сомкну ладони, и бабочка умрёт, а если он скажет – мёртвая, я раскрою ладони и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее.

Завистник поймал бабочку, посадил её между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того: «Какая бабочка у меня в руках, о, мудрейший, – живая или мёртвая?» И тогда мудрец сказал «Всё в твоих руках, человек!»

Наше здоровье и здоровье наших детей в наших руках.

Спасибо за внимание!

