ПРИОБЩЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

ЗДОРОВЬЕ – ЭТО СОСТОЯНИЕ ПОЛНОГО ФИЗИЧЕСКОГО, ДУШЕВНОГО И СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ, А НЕ ТОЛЬКО ОТСУТСТВИЕ ФИЗИЧЕСКИХ ДЕФЕКТОВ (по определению Всемирной организации здравоохранения).

6 ПРИЗНАКОВ ЗДОРОВЬЯ:

1. Отсутствие болезни.
2. Нормальное функционирование организма.
3. Гармонизация организма и окружающий среды.
4. Способность человека к полноценному выполнению основных социальных функций.
5. Полное физическое, психическое и социальное благополучие.
6. Адаптация человека к окружающей среде.

ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ:

- Падение уровня жизни, социальные потрясения, стрессы, неблагоприятная экологическая обстановка.
- Ухудшение состояния здоровья матерей.
- Гиподинамия (дефицит двигательной активности детей).
- Безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
- Неполноценное или неправильное питание и т.д.

ФИЗИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

«**ПЕДАГОГИКА ОЗДОРОВЛЕНИЯ**»

ЦЕЛЬ: Добиться осознанного выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Средства двигательной направленности:

Физические упражнения;

Физкультминутки;

Эмоциональные разрядки;

Бодрящая гимнастика;

Пальчиковая гимнастика, зрительная, дыхательная, корригирующая;

Лечебная физкультура;

Подвижные и спортивные игры;

Массаж;

Самомассаж;

Детская аэробика;

Игровой стретчинг;

Фитбол гимнастика;

Зарницы;

Средства оздоровления:

Регулярные прогулки на свежем воздухе;

Экскурсии;

Походы;

Солнечные и воздушные ванны;

Водные процедуры;

Фитотерапия;

Витаминотерапия;

Закаливание;

Личная гигиена;

Проветривание;

Влажная уборка;

Режим питания;

Сбалансированное питание.

ДУШЕВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

- Американский хирург Роберт мак обнаружил маленькую хитрость: для того, чтобы просто существовать ребенку необходимо в день 4 объятия, для нормального развития -12.
- Одобрение даст ребенку ориентиры, как себя вести. При хорошей дозе одобрений можно обойтись минимумом запретов. Но при этом, все то что получается отмечать, а то что не совсем получается не замечать.
- Ребёнка хвалят, он учится стать благородным.
- Ребёнок растёт в честности, он учится понимать других.
- Ребёнок растёт в безопасности, он учится верить в людей.

Закон «Об образовании» возлагает всю ответственность за воспитание детей на семью, а все остальные социальные институты призваны содействовать и дополнять семейную воспитательную деятельность.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ
Родительские собрания
Проекты
Совместные праздники
Совместные походы
Информацио - нные стенды
Конференции

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ