

# Счастливая семья – здоровый ребенок



# Портрет счастливой семьи

Всем в семье хорошо, уютно и тепло

Любые трудности решаются сообща

Благожелательность звучит в словах и видна в делах

Здесь мирные и гармоничные отношения между супругами, детьми, друзьями, коллегами



# Факторы влияющие на здоровье ребенка

Наследственность

Стрессы из вне

Экология

Внутрисемейные  
отношения



# Внутрисемейные отношения негативно влияющие на здоровье ребенка

Противоречивые требования у родителей к ребенку  
(что позволяет один родителей, запрещает другой)



Конфликты между членами  
семьи

Стрессовое или депрессивное  
состояние родителей

# Правила поведения во время конфликта

Обстоятельство времени,

или

своевременность «опасного» разговора



Обстоятельство места,

или

«спорьте на кухне»

Секретность переговоров,

или

«Успокойтесь перед общением с ребенком»

# Как справиться со стрессом

## Релакс и успокоение



## Арт-терапия



## Физические упражнения



# Мама-терапия



Мама для больного ребенка – лекарство сильнее таблеток, порошков и микстур.

Мамино объятие, поцелуй, нежный тихий голос, обладает огромным целебным свойством.



# Волшебные слова

**1-й блок** - «Я тебя очень сильно люблю. Ты самое дорогое что есть у меня. Ты моя родная частичка, родная кровинушка. Я и папа тебя очень сильно любим»

**2-й блок** – "Ты сильный, здоровый, красивый ребенок, мой мальчик (девочка). Ты хорошо кушаешь и поэтому быстро растешь и развиваешься. У тебя крепкие, здоровые сердечко, грудка, животик. Ты легко и красиво двигаешься. Ты закаленный, редко и мало болеешь".



# Волшебные слова

**3-й блок** -"Ты спокойный мальчик (девочка). У тебя хорошие крепкие нервы. Ты терпеливый, ты добрый, ты общительный. Ты умный. У тебя хорошо развивается головка. Ты все хорошо понимаешь и запоминаешь. У тебя всегда хорошее настроение, и ты любишь улыбаться. Ты хорошо спишь. Ты легко и быстро засыпаешь, ты видишь только хорошие добрые сны. Ты хорошо отдыхаешь, когда спишь. У тебя хорошо и быстро развивается речь".

**4-й блок**- "Я забираю и выбрасываю твою болезнь и твои трудности. (Далее мама называет конкретные проблемы ребенка.) Я забираю и выбрасываю твой плохой сон (если ребенок плохо спит). Я забираю и выбрасываю твои страшные сны, и т.п.

# Лечим играя

## Игры в кровати

### **Детские фотографии**

Соберите детские фотографии всех членов семьи: вашего малыша, его братьев и сестер, а также попытайтесь найти свои детские снимки. Ребенок получит огромное удовольствие, пытаясь определить, кто из членов семьи изображен на фотокарточке, и сравнивая их с тем, как они выглядят сейчас.

### **Геометрические фигуры**

Пусть ребенок вырежет из плотной бумаги много-много кружков, прямоугольников и треугольников разного размера. Теперь можно их сложить в виде каких-нибудь фигур и придумать о них историю.

### **Коробочка с пуговицами**

Есть ли у вас коробочка или баночка, куда вы складываете пуговицы — новые или от старой одежды? Больному ребенку будет интересно привести их в порядок. Пусть он рассортирует их по маленьким пакетикам или коробочкам.

# Лечим играя

## Игры при заболеваниях дыхательной системы:

### "Шарик лопнул"

Предложите ребенку "надуть шарик": широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть воздух носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот — "ффф....", медленно соединяя ладони под "шариком". Затем ребенок пусть хлопнет в ладоши — "шарик лопается". "Из шарика выходит воздух": ребенок произносит звук "шшш...",

## Игры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы:

### "Пальчик о пальчик"

Ребенок сидит перед вами. Под вашу песенку повторяет за вами движения:

Пальчик о пальчик тук да тук, (Повторить 2 раза.)

Хлопай, хлопай, хлопай, хлопай! (Хлопают в ладоши.)

Ножками топай, топай! (Повторить 2 раза.)

Спрятались, спрятались (Закрывают лицо руками.)

Пальчик о пальчик тук да тук. ! (Повторить 2 раза).

Спасибо за внимание!

