



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад 131»
(МАДОУ «Детский сад 131»)

Семейный клуб «Здоровый малыш»
Тема: Уроки здоровья

Разработали: Кравцова И.В.
Петякшева С.А.



Цель:

формировать у родителей устойчивую мотивацию к сохранению и укреплению здоровья своих детей.

Задачи:

1. Повысить уровень знаний родителей в области сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье.
2. Формировать навыки совместной деятельности родителей и детей, содействовать их эмоциональному сближению.
4. Создать психологический комфорт, вызвать желание и интерес к совместному сотрудничеству в вопросах оздоровления детей



Сегодня мы хотели Вас наглядно познакомить с методами и приемами укрепления здоровья детей в повседневной жизни. Так как одна из главных задач детского сада - сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

И наша с вами общая задача - вырастить наших детей здоровыми.

Одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа детского сада не сможет дать полноценных результатов, если она не решается вместе с семьей. Большое значение в системе физического воспитания имеют закаливающие процедуры, способствующие укреплению здоровья.



Проводим следующие закаливающие мероприятия:

- утренняя гимнастика;
- мытье рук до локтей прохладной водой;
- занятия по физической культуре;
- дневной сон;
- гимнастика после сна;
- игровой самомассаж;
- гимнастика для глаз;
- закаливание воздухом во время прогулки на улице;
- ходьба по гимнастическим корректирующим дорожкам, это еще и профилактика плоскостопия;
- пальчиковая гимнастика;
- дыхательная гимнастика.



**Что за чудо?
Наши ножки оказались на дорожке.
На дорожке не простой,
А затейливой такой!**





**Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам,
Чтобы реже обращаться
За советом к докторам.**





**А сейчас пора играть, будут птички летать
Пусть они летят легко, далеко, далеко.**





**Пока прыгали, играли, зайку повстречали.
Плохо чувствует себя - «Помогите мне друзья».**

**И будет мир не так жесток,
Когда ты лук ешь и чеснок,
У чеснока ведь вкус особый,
Он убивает все микробы!
Спасает лук от хвори мук,
Чеснок и лук нам лучший друг!**





**С зайкой поиграем –
ножки разминаем**





Зайчик выздоровел у нас, пальчики пошли все в пляс!





**Ни когда не унываю и улыбка на лице,
потому что принимаю витамины
все, все, все!!!**

