

**«Воспитываем любовь к
здоровью с детства»**

Подготовила воспитатель:
Кагарманова Гузель
Зуфаровна.

Актуальность:

Основной задачей для родителей является: формирование у ребенка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни.

Он должен осознать, что здоровье для человека важнейшая ценность, главное условие достижения любой жизненной цели и каждый сам несет ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья.

Здоровая семья – здоровый ребенок



С раннего возраста у детей необходимо формировать привычку ежедневно выполнять утреннюю гимнастику..



Нуриджанян Мери



Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья



Нуриджанян Мери

Одним из самых важных необходимых условий всегда чувствовать себя хорошо и отлично выглядеть является рациональное питание.

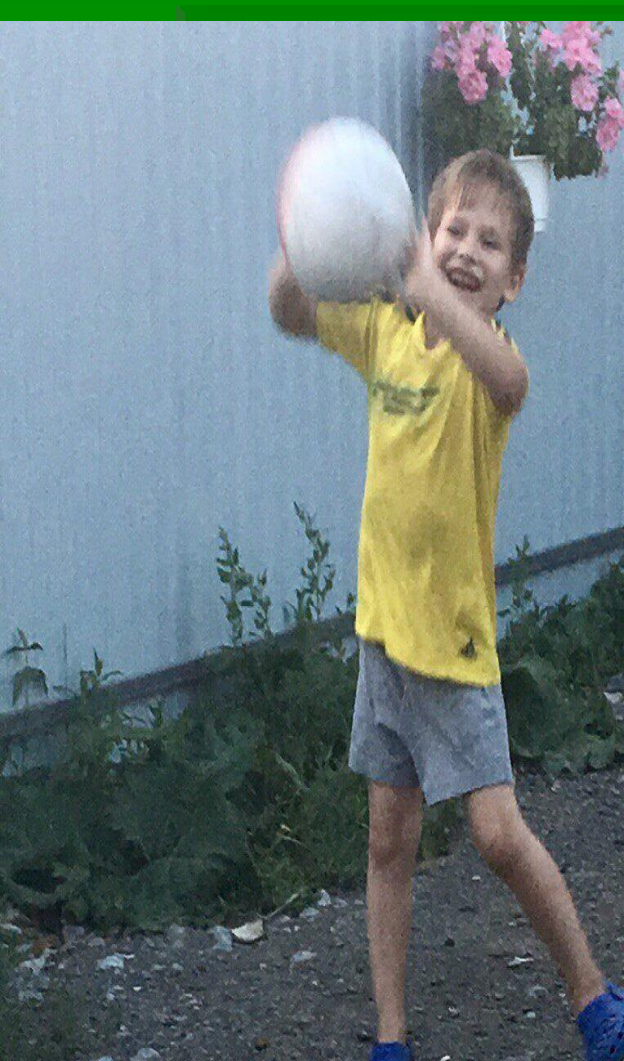
Нуриджанян Мери

Пирамида здорового питания

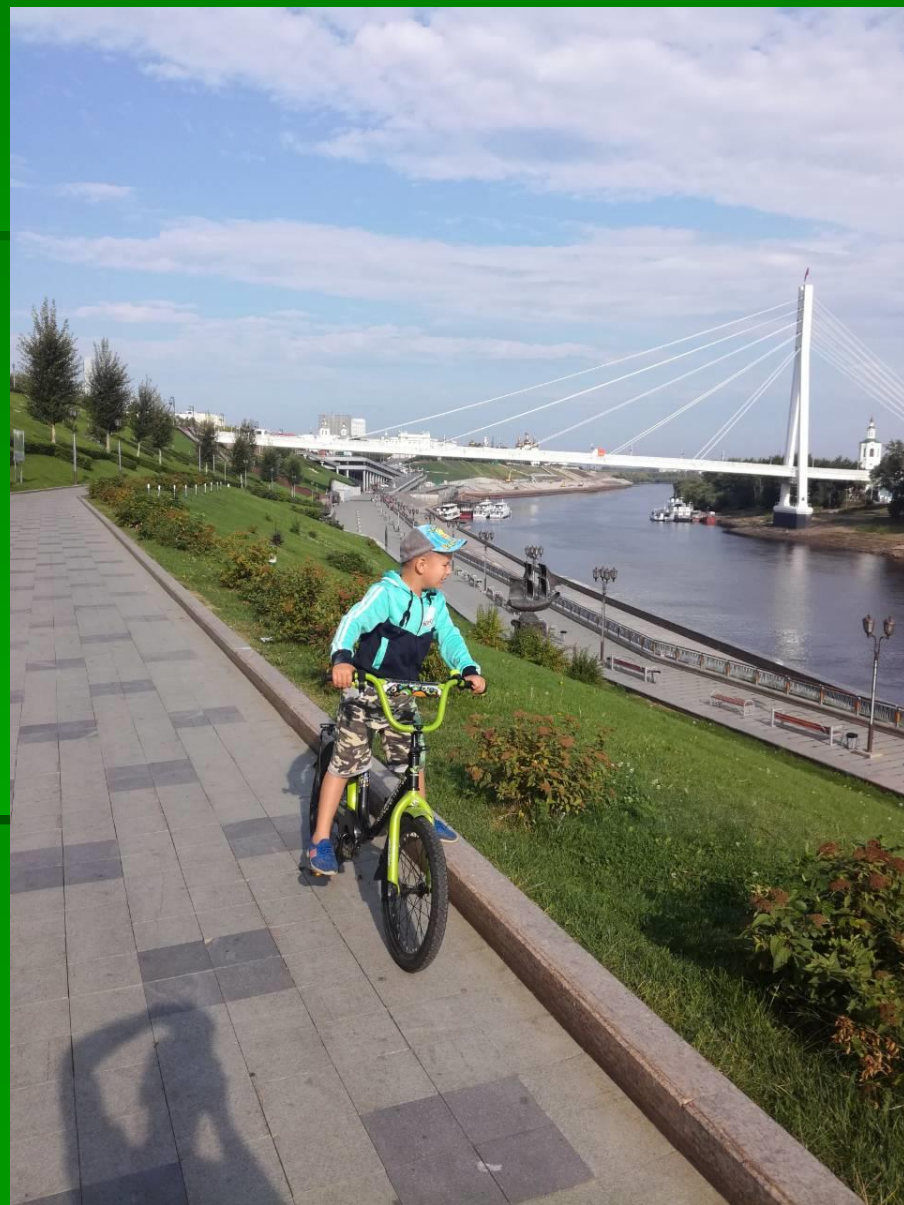


В теплый период года необходимо повышать двигательную активность дошкольников на природе.

Нагорный Ярослав



Штабов Антон



Нагорный Ярослав

Сидорова Екатерина

Конта Даня



Нагорный Ярослав Сидорова
Екатерина



Конта Даня



Григарян Наарине



А ТАК ЖЕ И В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Нагорный

Штабов Антон

Ярослав



Русаков Владимир

**Штабов
Антон**

**Нагорный
Ярослав**

**Нуриджанян
Мери**



Занятие спортом

Маршанская Эвелина



Конта Даня



Нормальный сон:

Во время сна тело отдыхает, набирается сил.
Сон позволяет мозгу развиваться, а телу расти.

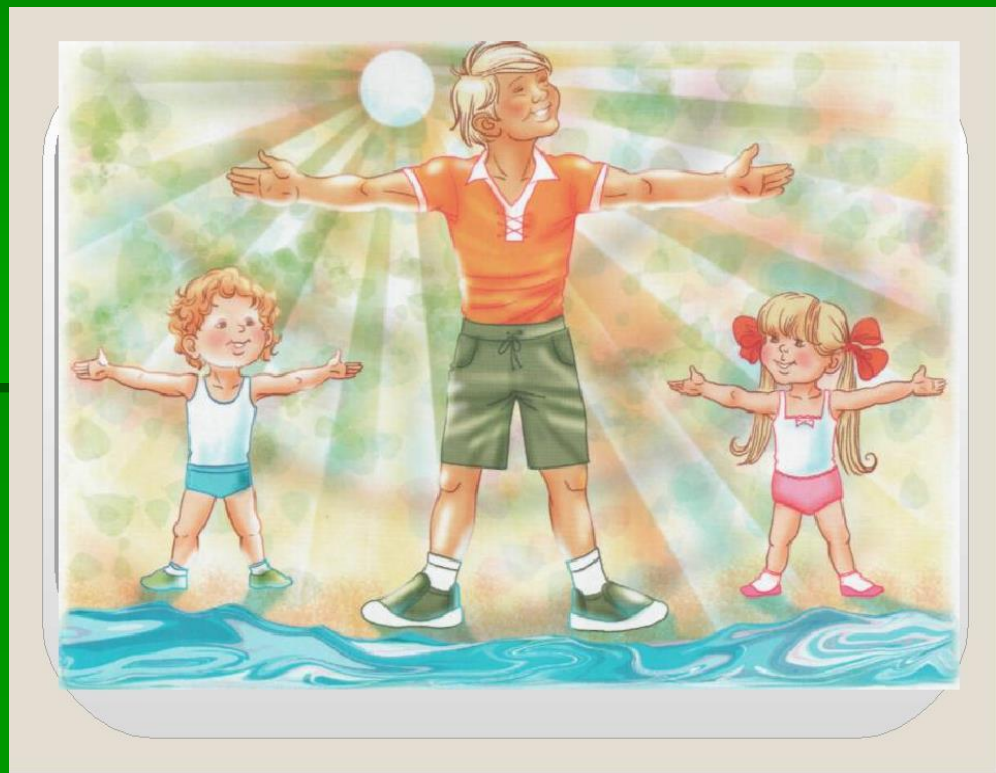


У детей важно формировать интерес к оздоровлению собственного организма.

Чем раньше ребенок получит представление о строении тела человека, узнает о важности закаливания, движения, правильного питания,

сна, тем раньше он будет приобщен к здоровому образу жизни.

Если же ребенка насильно принуждают заниматься физкультурой, а также соблюдать правила гигиены, то ребенок быстро теряет интерес к этому.



Таким образом, именно родители формируют у детей потребность в систематических занятиях физической культурой и в здоровом образе жизни.

