



Проект семьи Фёдоровой Алёны

**«Здоровый образ жизни семьи –
залог полноценного и физического и
психического здоровья ребенка»**



Группа «Ягодки»





Задачи:

- 1. Формирование мотивации к здоровому образу жизни.**
- 2. Осознанию родителями ответственности за формирование у детей ценностного отношения к своему здоровью.**
- 3. Пути воспитания у детей потребности в здоровом образе жизни, сохранении физического, психического и душевного здоровья.**





**Актуальность проекта:
Наша семья считает, что-
«Здоровье – это состояние
человека, которому свойственно
не только отсутствие болезней
или физических недугов, но и
полное физическое,
душевное и социальное
благополучие»**



Физическое здоровье:

- ❖ благоприятные социальные условия жизни;
- ❖ закаливание;
- ❖ физкультура;
- ❖ отказ от вредных привычек;
- ❖ правильное питание;
- ❖ личная гигиена и т.д.





Психо - эмоциональное здоровье:

- ❖ доброжелательное отношение к ребенку;
- ❖ эстетика труда и отдыха;
- активный досуг;
- ❖ занятия различными видами искусств; совместные игры, совместные походы, поездки в кино, театр, музеи;
- ❖ упражнения на снятие напряжения;
- ❖ любовь и нежность.





Духовно-нравственное здоровье:

- ❖ соблюдение правил этикета;**
- ❖ обучение правилам бесконфликтного общения;**
- ❖ позитивное отношение к жизни;**
- ❖ воспитание доброты, толерантности, взаимной вежливости.**





Здоровье нашей семьи зависит:





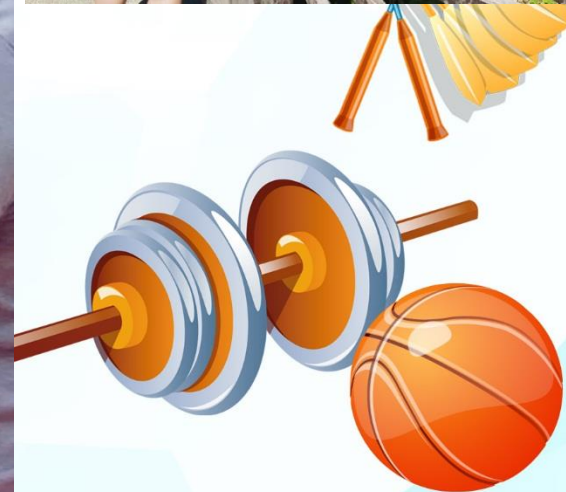
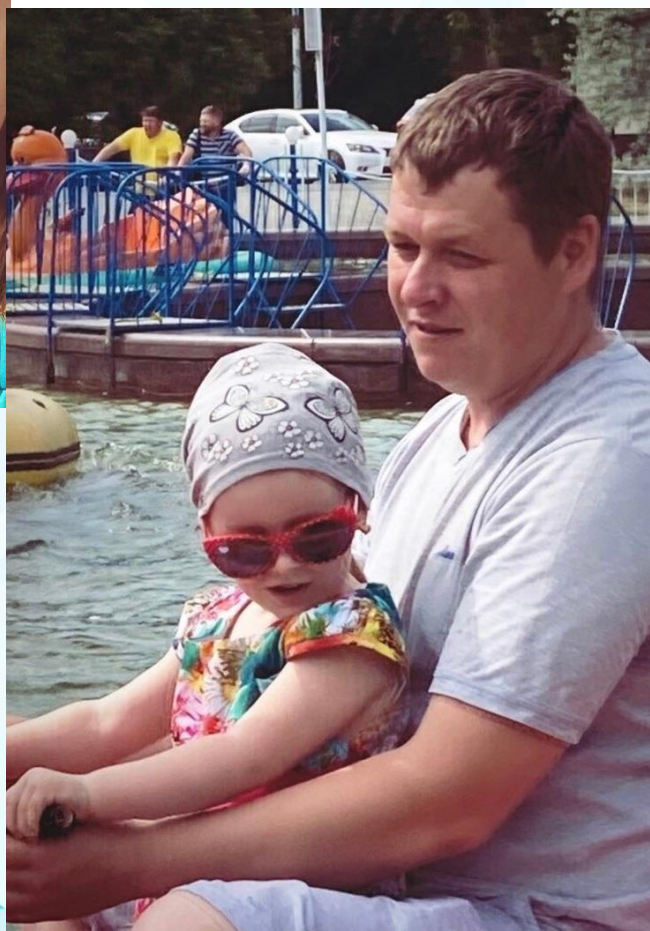
Прогулки и занятия спортом на свежем воздухе!!!







Летний отдых вые семей!!!





Лесные прогулки с бабушкой!!!



Отличное закаливание на источнике!!



Эмоциональный заряд!!!





Резиденция деда
Мороза ❤️ ребёнок в
шоке





Уважаемые родители, вы должны помнить: то чему вы научите своих детей, они понесут в свои семьи. «Учи показом, а не рассказом», - говорили в древности.

Ведь мы хотим, чтобы семьи наших близких были здоровы! Не ждите, что здоровье само придет к вам. Идите вместе со своим ребенком ему навстречу!



Спасибо за внимание!

