

**Давайте растить,  
детей здоровыми!**


***Здоровье ребенка- превыше всего...  
и наша задача сохранить его.***



***«Здоровье –неоценимое счастье в жизни  
каждого человека и человеческого  
общества. Слово «здоровье», как и  
слова***

***«красота», «любовь», «радость»,  
принадлежат к тем немногим понятиям,  
значение которых знают все.»***

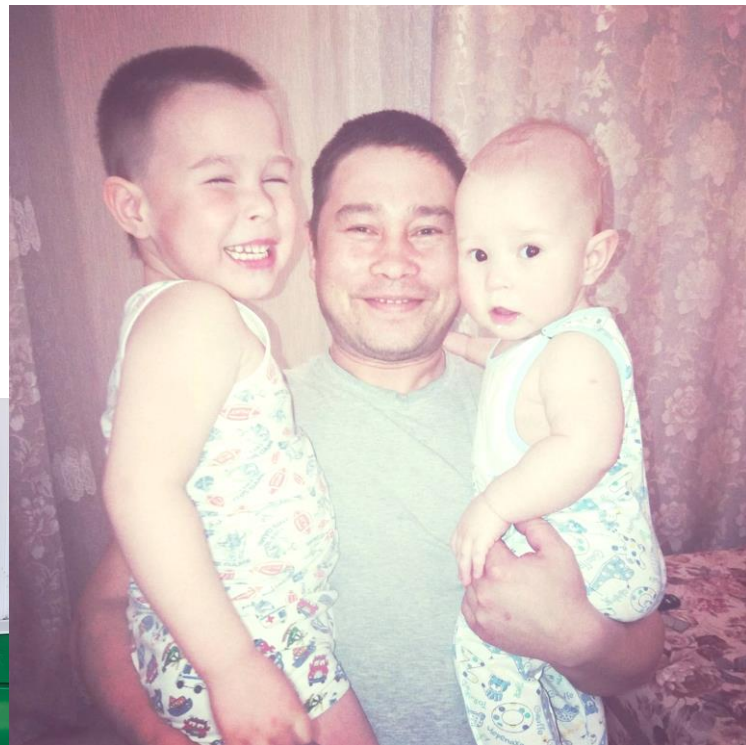
**Согласно определению Всемирной  
организации здравоохранения  
«Здоровье – это состояние полного  
физического, умственного,  
психического и  
социального благополучия, а не только  
отсутствие физических дефектов».**



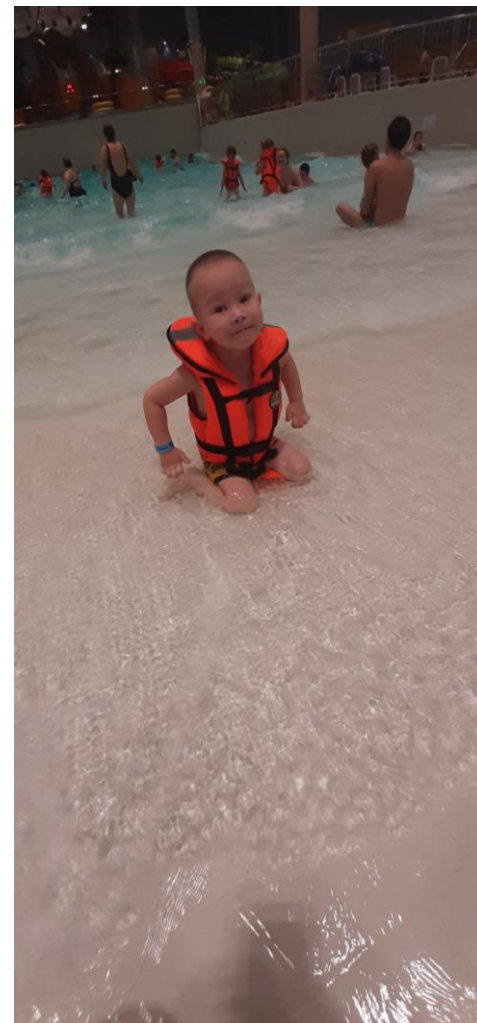
## **Цель здоровьесберегающих технологий**

- **Обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанника детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.**
- **Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной “встроенностью” в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов и отвечающую единству целей и задач. При этом семья является активным участником воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.**

# Вся семья вместе и душа на месте.



**Вода-это сила, Вода-это слабость,  
Вода-это жизнь для всех нас.**



# На прогулку мы вдвоём вместе с братом пойдём!



**Морозный воздух щиплет руки.  
Залезает в рукава,  
Но спешить домой не стоит.  
Ведь кругом прекрасно так.**





**С братом долго мы гуляли и немножечко  
устали,  
Мы немного отдохнём и опять гулять пойдём!**



**Я расту и транспорт тоже,  
Ещё немного подрасту с велосипедом  
задружу.**



**От здорового питания щёчки аж румянятся.**

**Надо кушать много каши,**

**Пить кефир и простоквашу,**

**И не забывай про супчик,**

**Будешь ты здоров, голубчик!**



# Дружно всей семьёй гуляем и на море отдыхаем.



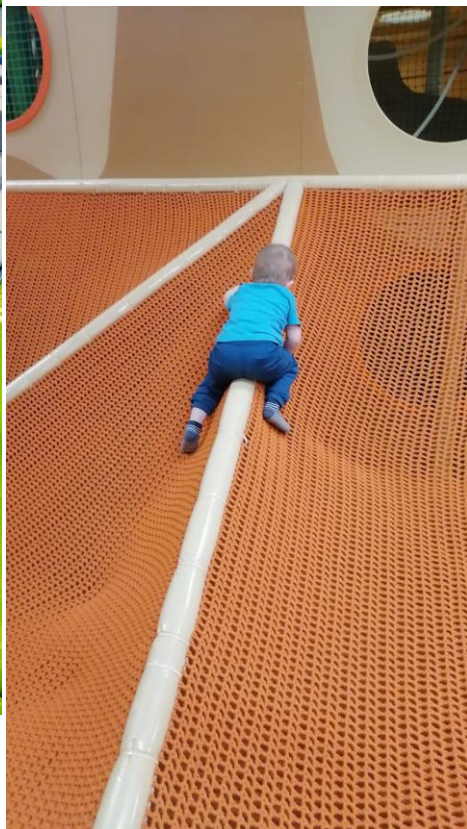
# Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья



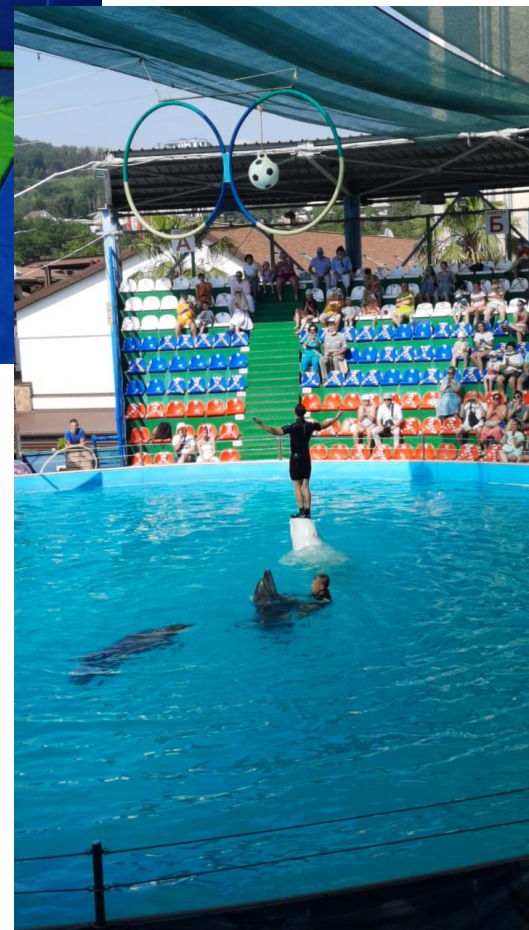
# В горы вверх мы поднимались и нисколько не устали



# Чтобы покорять вершины, имейте очень много силы

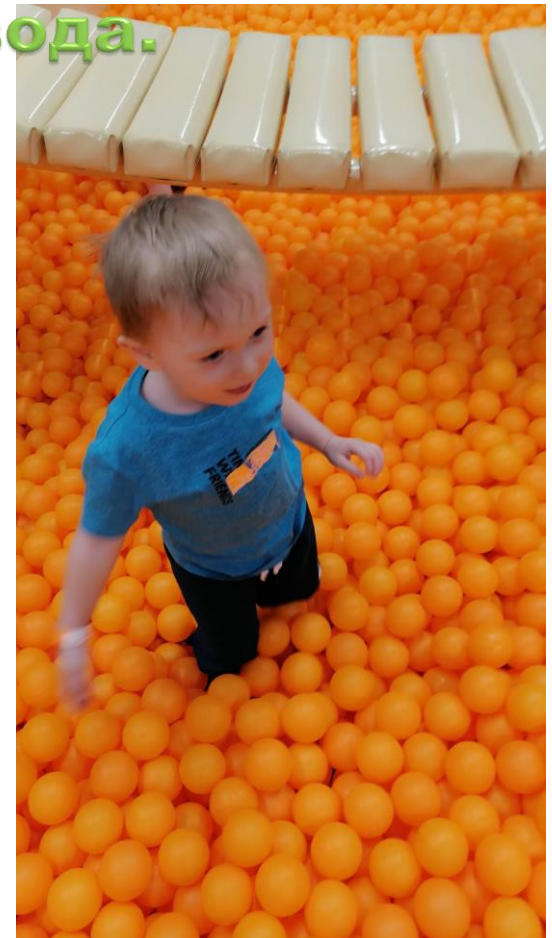


**Прыгать буду как дельфин,  
ведь батут я покорил.**





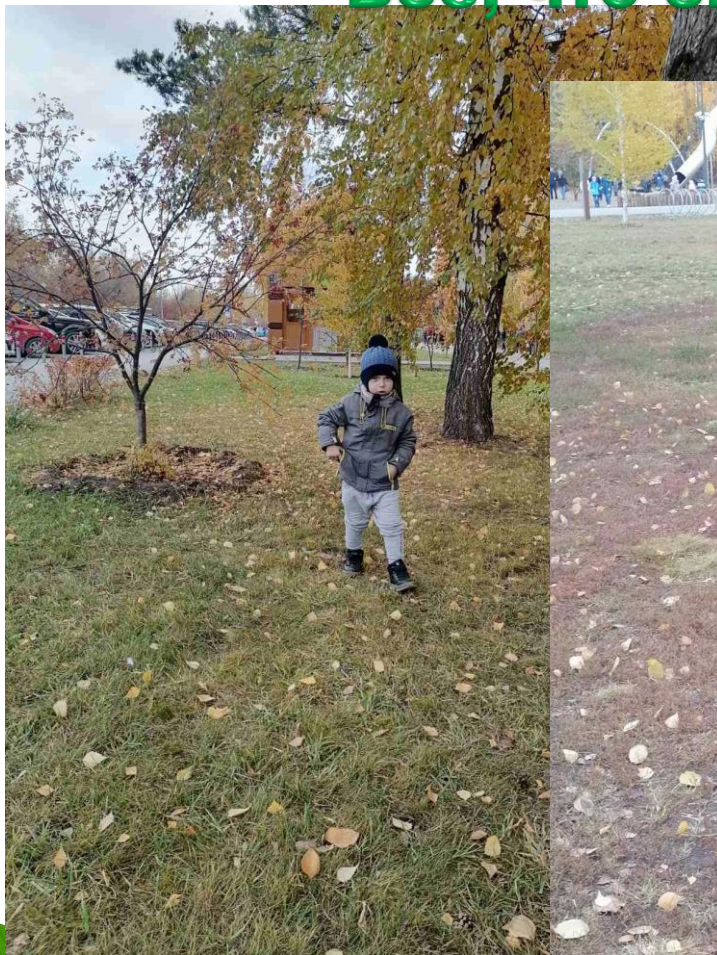
**Плывать скоро научусь,  
стать спортсменом я стремлюсь.  
В воде организм человек закалит,  
Сосуды и сердце своё укрепит.  
Он будет и и сильным, и стройным всегда  
И в этом поможет вам только вода.**



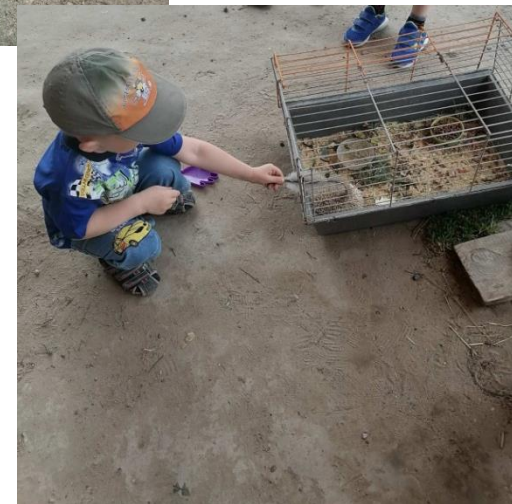
# Быть здоровым я хочу, пиццу печь я научусь



**Чтоб успешно развиваться,  
Нужно спортом заниматься.  
Нам полезно без сомненья  
Всё, что связано с движеньем.**



# Быть ближе к природе, значит быть духовно здоровым человеком.



**Чтобы выглядеть здоровым, нужно очень постараться**

**Заниматься чаще спортом, спать и правильно питаться.**



**Быть здоровым научусь,  
потому что я тружусь.**



# **Существует десять золотых правил здоровьесбережения:**

- ▶ **Соблюдайте режим дня!**
- ▶ **Обращайте больше внимания на питание!**
- ▶ **Больше двигайтесь!**
- ▶ **Спите в прохладной комнате!**
- ▶ **Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!**
- ▶ **Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!**
- ▶ **Гоните прочь уныние и хандру!**
- ▶ **Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!**
- ▶ **Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!**
- ▶ **Желайте себе и окружающим только добра!**

**Спасибо за  
внимание!!!**