

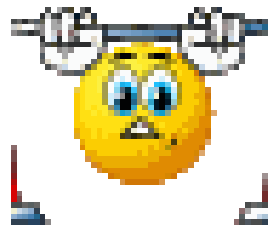
Общешкольное родительское собрание по теме:

*«Здоровье-бесценное
достояние семьи»*

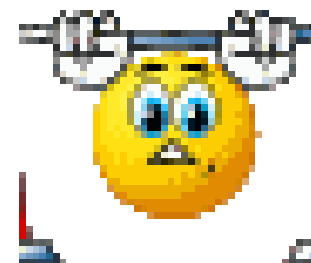
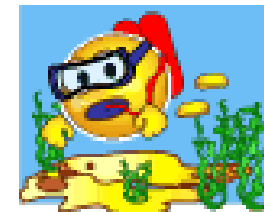
Автор – составитель
учитель начальных классов
МБОУ Мечетинской СОШ
Сапсаенко Ольга Александровна
Октябрь 2022 год

Семья — это
замечательное слово, которое означает уют,
тепло, поддержку близких и
просто общение.

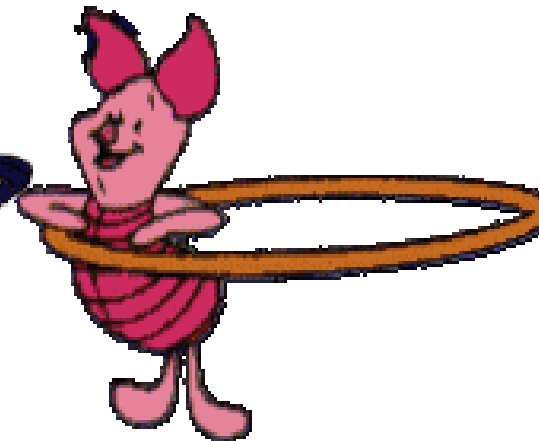
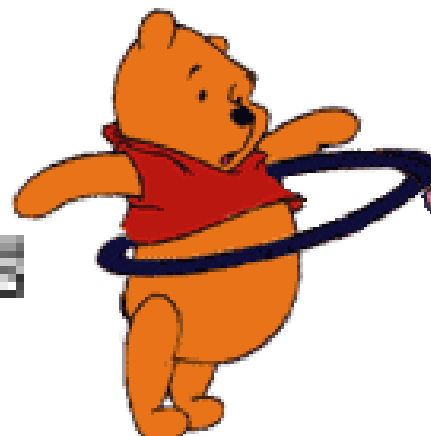




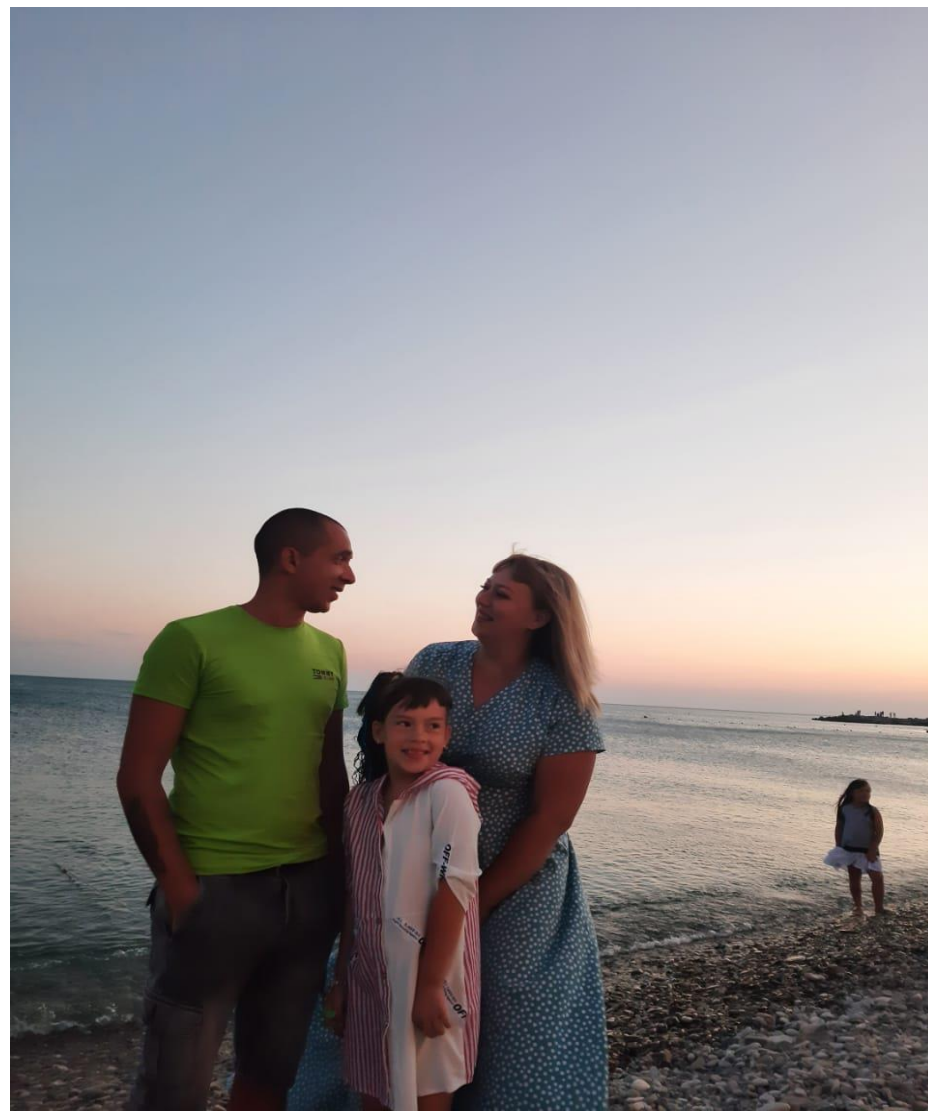
Здоровый образ жизни семьи – залог здоровья ребенка



МОЙ РЕБЕНОК БУДЕТ ЗДОРОВ ЕСЛИ Я ...



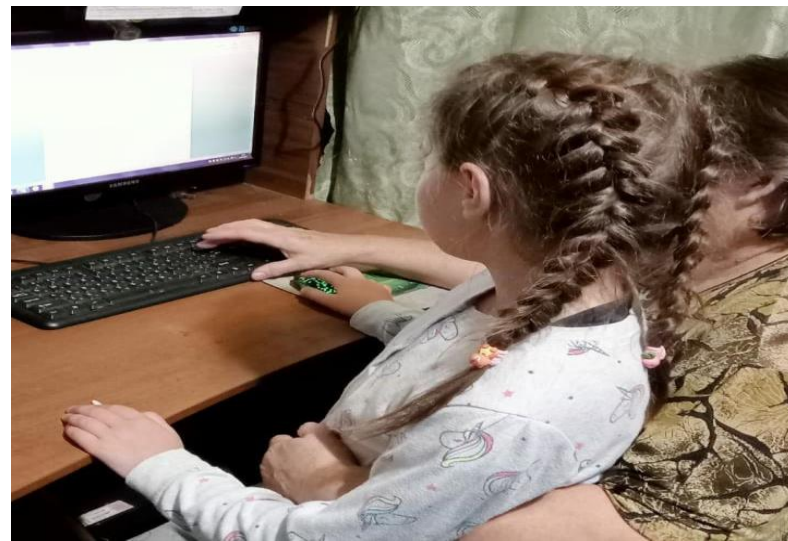
Отдых на природе



Помощь родителям



Занятия в свободное время



Забота бабушек



**Самое главное - сохранить физическое и
психическое здоровье ребенка.**

ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

- * благоприятные социальные условия жизни;
- *режим дня;
- *закаливание;
- *физкультура;
- *отказ от вредных привычек;
- *правильное питание



Психологическое здоровье

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

Полезные советы на каждый день.

Уважайте детей! Защищайте их любовью и правдой.

Замечайте и отмечайте малейший успех ребенка. От постоянных неудач у детей повышается агрессия.

Не приписывайте успех себе, а вину ребёнку.

Ошиблись – извинитесь.

Детей нельзя обманывать - дети очень чувствительны ко лжи.

Будьте великодушными, умеете прощать. Не кричите, не оскорбляйте ребенка, ни при каких обстоятельствах.

Хвалите в присутствии других, а ругайте наедине.

Оценивайте поступок, а не личность.

Не ищите в лице другого родителя средство для расправы за собственную беспомощность в общении с детьми.

Дайте ребенку ощутить, что сочувствуете ему, верите в него, несмотря на его оплошность.

Чаще используйте в своей речи ласкательные обращения, имя ребёнка.

Цените минуты, когда вы вместе можете пережить радость от чего – то увиденного или услышанного.

Стремитесь, чтобы дети получали разнообразные интересные впечатления.

Следите, чтобы им никогда не было скучно и они были чем-то заняты.

Поощряйте стремление и попытки детей что – то сделать.

Занимаясь с детьми, создавайте ситуацию успеха.

Не сравнивайте ребенка с другими детьми, особенно если сравнение не в пользу ребенка.

Чтобы выработать чувство ответственности, необходимо, чтобы у ребенка были дела, за которые отвечает только он (домашние поручения).

Помощь ребенку необходима тогда, когда он об этом попросит.

Создавайте положительные традиции жизни вашей семьи.

Памятка для родителей.

Приучать своего ребенка к гимнастике с 2- 3 лет.

Выполнять зарядку ежедневно, несмотря ни на какие обстоятельства. Их можно придумать много и разных. Превращать утреннюю зарядку в праздник бодрости и поднятия духа.

Включать веселую и ритмичную музыку.

Открывать окна и шторы для потока солнечного света и свежего воздуха.

Выполнять зарядку вместе со своим ребенком.

Выполнять зарядку в течение 10- 20 минут.

Включать в комплекс зарядки не более 8-10 упражнений.

Подмечать и подчеркивать достижения своего ребенка в выполнении упражнений комплекса зарядки.

Менять упражнения, если они наскучили ребенку и придумывать с ним новые упражнения.

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!

«Здоровье ваших детей – в ваших руках»!



Желаю вам взаимопонимания
с детьми

Спасибо за внимание

