

Семья и школа: воспитываем детей правильно.



Родительский комитет 4б класса
МОУ «Гимназия №23» г.Саранск
Республика Мордовия

Семья формирует привычки здорового образа жизни



Здоровая семья – здоровый

Наша цель:

Формирование у детей ценности здорового образа жизни

Наши задачи:

- 1. Привлечение родителей к проблеме оздоровления детей**
- 2. Вовлечение родителей в планирование оздоровительных мероприятий**
- 3. Пропаганда активного образа жизни**

ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

1. Соблюдение чистоты!



2. Правильное питание!



3. Сочетание труда и отдыха!



4. Благоприятная психологическая обстановка в семье!



5. Закаливание!



6. Не заводить вредных привычек!



Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни. Важно помнить, что основная задача родителей не только охранять детский организм от вредных влияний, но и создавать условия, которые способствуют повышению защитных сил организма и его работоспособности.



Воспитание здорового образа жизни начинается с приучения к правильной организации режима дня, который оптимально сочетает периоды бодрствования и сна детей в течение суток, удовлетворяет их потребности в пище, в деятельности, отдыхе, двигательной активности. Режим дня дисциплинирует детей, способствует формированию многих полезных навыков, приучает их к определенному ритму.

**Родители в сотрудничестве
со школой должны
способствовать воспитанию
у детей привычки, а затем
потребности в здоровом
образе жизни**



Мы – родители, стараемся организовывать, как можно больше мероприятий которые пропагандируют **здоровый образ жизни!!!**



игры



дни





Лучший
пример
здорового
образа
жизни!!!





**Здоровые дети - в здоровой семье.
Здоровые семьи - в здоровой стране.
Здоровые страны - планета здорова.
Здоровье! Какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!**