

**Здоровье в порядке –
спасибо зарядке!**



- *Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно - оздоровительной работ.*

Всемирный день здоровья!!!









«Физическое воспитание в семье». Анкета для родителей

Ф. И. ребёнка, возраст

1. Часто ли ребёнок болеет, какие тяжёлые заболевания, травмы перенёс

2. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни? Поясните.

3. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

4. Делаете ли Вы дома зарядку?

5. Соблюдаете ли режим дня в выходные дни? Какой?

6. Имеете ли Вы дома физкультурное оборудование? Какое?

7. Какой вид закаливания Вы применяете дома? (отметить)

систематическое проветривание

солевая дорожка

дыхательная гимнастика

прогулка в любое время года

хождение босиком по “чудо-коврику”

9. Гуляете ли Вы с ребёнком после детского сада? Насколько часов ходите куда-нибудь и куда?

10. Чем занят Ваш ребёнок вечерами и в выходные дни: (отметить)

подвижные игры

настольные игры

телевизор

компьютер

11. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

профилактика заболеваний

дыхательная гимнастика

закаливание

коррекция осанки

профилактика плоскостопия

Спасибо за сотрудничество!

Приложение №2

Гимнастика для глаз



Буратино



Буратино потянулся,
(встают на носочки,
поднимают руки
и смотрят на
кончики пальцев)
Вправо-влево потянулся,
вниз-вверх посмотрел
И на место тихо сел.
(не поворачивая голову,
смотрят влево-вправо)



Ветер



Ветер дует нам в лицо
(часто моргают веками)
Закачалось деревцо
(поворачивая голову,
смотря влево-вправо)
Ветер тише, тише
(медленно приседают,
опуская глаза вниз)
Деревцо все выше, выше.

(Встанут и глаза поднимают вверх)

Дождик

Дождик, дождик, пуще лей.

(смотрим ВВЕРХ)

Капай, капель не жалей.

(смотрим ВНИЗ)

Только нас не замочи.

(делаюм круговые
движения глазами)

Зря в окошко не стучи.



Спасибо за внимание!

