

Журнал для родителей

«Значение валеологического воспитания для развития детей младшего дошкольного возраста».



**Подготовила:
воспитатель высшей
категории группы № 9
МБДОУ № 244 г. Барнаул
Шмалий Татьяна Викторовна.**



Валеология - это наука о здоровье,
о путях его обеспечения,
о формировании и сохранении
здоровья в конкретных условиях
жизнедеятельности.



**НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ ПРОБЛЕМА ПРОФИЛАКТИКИ
ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ САМЫХ
АКТУАЛЬНЫХ.**

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС
МДОУ ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ ВАЖНЕЙШИХ ЗАДАЧ В ОХРАНЕ
И УКРЕПЛЕНИИ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
ДЕТЕЙ, В ТОМ ЧИСЛЕ ИХ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
БЛАГОПОЛУЧИЯ.**

**КАЖДЫЙ РЕБЕНОК ДОЛЖЕН РЕАЛИЗОВАТЬ СЕБЯ КАК
СУБЪЕКТ В СФЕРАХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ,
САМОСТОЯТЕЛЬНО НАХОДИТЬ И ПРИМЕНЯТЬ
НЕОБХОДИМЫЕ ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ, ПРОДЕМОНСТРИРОВАТЬ
АКТИВНОСТЬ, ИНИЦИАТИВНОСТЬ, НАПРАВЛЕННОСТЬ НА
РЕЗУЛЬТАТ.**



Режим дня — друг здоровья.

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ РЕЖИМА ДНЯ:

1. Прием пищи, личная гигиена.
2. Сон.
3. Прогулки.
4. Учебная деятельность.
5. Игровая деятельность.



**Это время нам знакомо,
Это время для подъема.
Поднимаемся - спешим,
В детский сад скорей бежим.
С нетерпением нас ждут,
Вкусный завтрак подают.**





**В расписании - еда.
Завтракать пришла пора.
После завтрака опять
Будет некогда скучать.**

**Если хочешь быть здоров,
Обойтись без докторов,
На твоём столе всегда
Должны быть овощи и фрукты! Да!**





**Это время - время книжки,
Не спеша оно идет.
Все девчонки и мальчишки
Учат песенки смешные,
Рисуют рожицы кривые.**

**Артикуляционная
гимнастика**





**Это время тишины,
Все мы знать его должны.
Потому что в этот час
Снова ждут подушки нас.**





**В это время полдник наш.
После полдника опять
Будет некогда скучать -
Как же весело играть...!**

«Колючий ёж».

**Гладь мои ладошки, ёж!
Ты колючий, ну и что ж?
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить!**



Здоровая семья – здоровый ребенок

