

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №190»
Гидростроителей ул., д.30, Краснодар, 350065, тел. 266-42-13,
Тел./факс (861)237-29-38, e-mail- mdou@ds-190.ru



РАСТИМ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА!

Семья – первый скульптор, который формирует мягкую, как воск, неоформленную душу и ум, волю и характер ребенка. Ребенок изучает мир через семью. Полноценное здоровье и гармоничное физическое развитие ребенка – то, к чему стремятся все родители. Для реализации этой мечты нужны не только рациональное питание, положительный психоэмоциональный фон, но и формирование хороших привычек, грамотно организованный процесс физического воспитания дома: утренние гимнастики, подвижные игры, игровые упражнения, комплексы упражнений по профилактике нарушения осанки и плоскостопия. Вся эта физкультурно – спортивная деятельность направлена не только на оздоровление, но и укрепляет взаимоотношения между родителями и детьми.

Чтобы добиться позитивных результатов, необходимо тесное сотрудничество семьи и детского сада. В первую очередь родители должны стать эмоциональной опорой для ребенка. Очень важна помощь семьи в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду: дать ему возможность постепенно привыкать к новым условиям, максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов, подумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыш возьмет с собой в группу детского сада. Родители должны обеспечить дошкольное учреждение полной информацией о здоровье ребенка. Режим сна и питания, диету, принятые в детском саду, нужно соблюдать и дома. Воспитателям намного легче работать, если в домашних условиях продолжается формирование привычек, вырабатываемых в детском саду.

сотрудничестве и совместном взаимодействии можно воспитать полноценного и всесторонне развитого ребенка.

И ПОМНИТЕ

Чтобы быть здоровым нужно хотеть и уметь заботиться о своем здоровье:

- *Начинать утро с улыбки*
- *Делайте зарядку*
- *Занимайтесь спортом*
- *Закаляйтесь*
- *Соблюдайте режим дня*
- *Вовремя лечите зубы*
- *Не ешьте много сладкого*
- *Держите осанку*
- *Одевайтесь по погоде*
- *Дружите с водой*

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!

Инструктор по физической культуре – Кот И.В.