



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЦЕНТР
ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИХ
ИНИЦИАТИВ

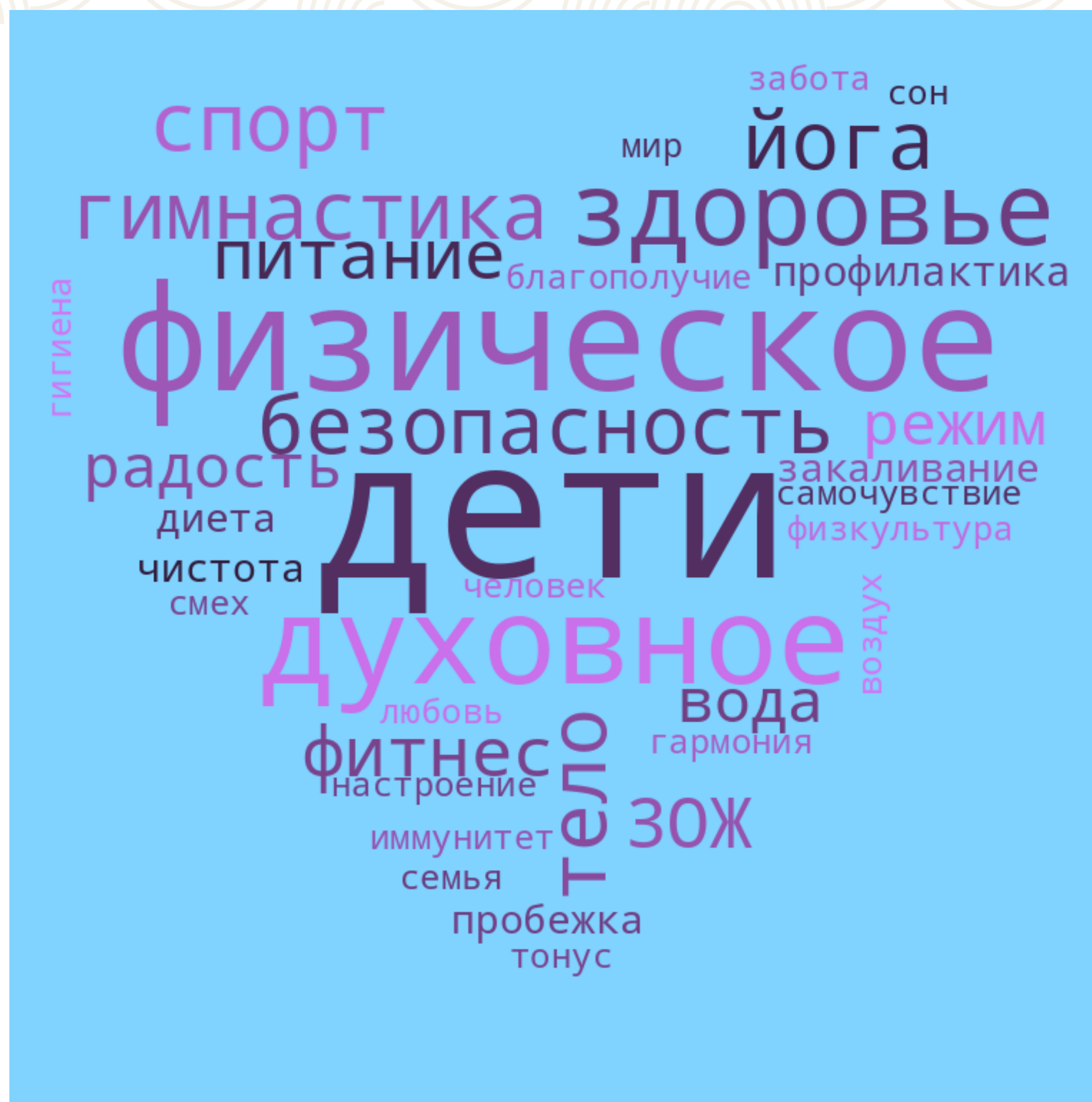
Министерства просвещения
Российской Федерации

Просвещение родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста

«Физическое здоровье и безопасность»



Физическое здоровье и безопасность



Рекомендуемые методы определения нормы физического развития



Калькулятор норм веса
и роста ребенка



Союз педиатров России



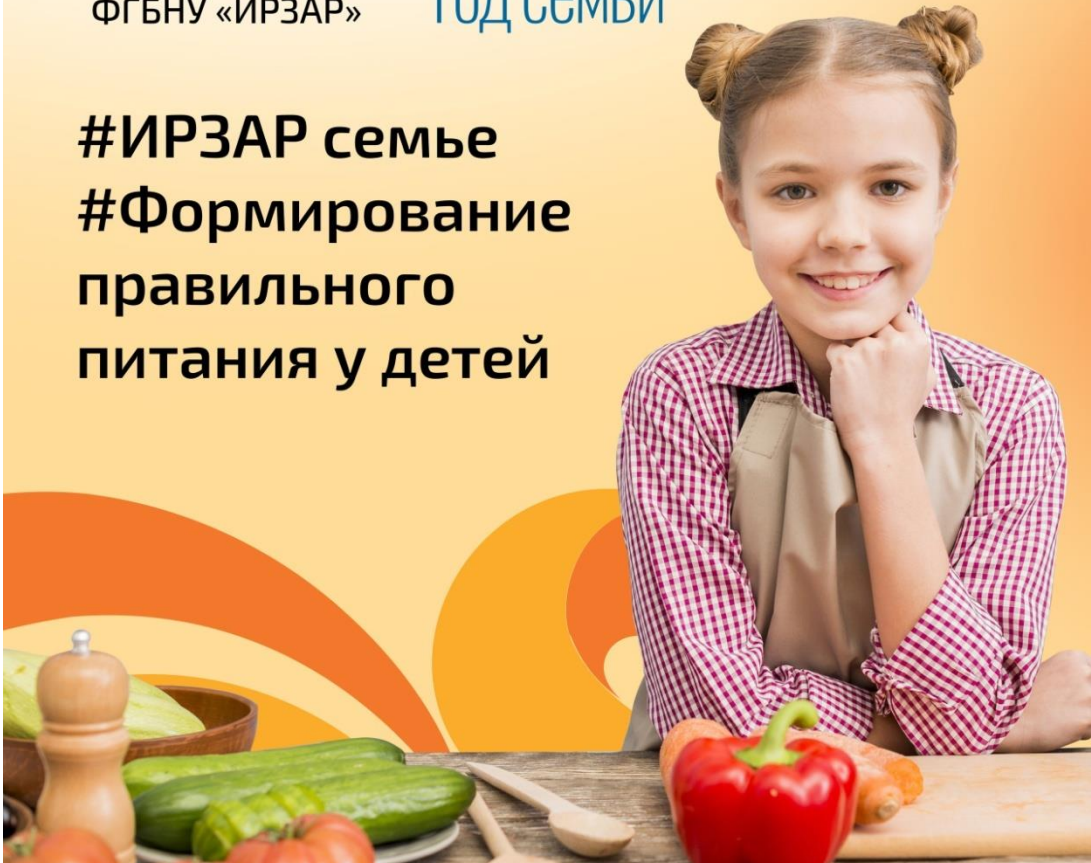
Центильные
таблицы




ФГБНУ «ИРЗАР»


2024
ГОД СЕМЬИ

#ИРЗАР семье
#Формирование
правильного
питания у детей




ФГБНУ «ИРЗАР»


2024
ГОД СЕМЬИ

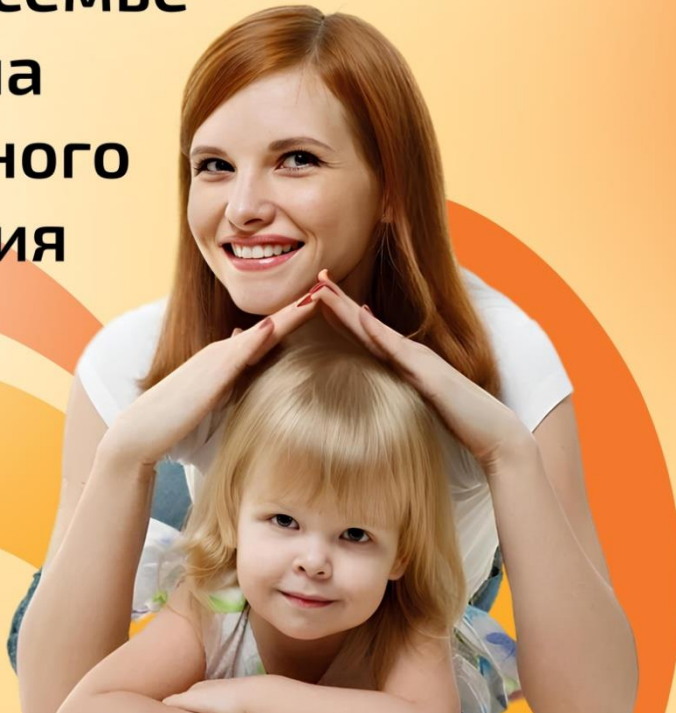
#ИРЗАР семье
#Советы по здоровому
образу жизни для детей




ФГБНУ «ИРЗАР»


2024
ГОД СЕМЬИ

#ИРЗАР семье
#Правила
безопасного
поведения
ребенка





Как помочь ребенку адаптироваться в детском саду?

Домашний режим =
режим детского сада



**Адаптация ребёнка
к детскому саду**

Расширяйте
«социальные
горизонты»

Ввести в меню
новые блюда



Обучайте навыкам
самообслуживания

Группы здоровья детей

Группы здоровья детей - это шкала оценки здоровья и развития ребенка с учетом всех факторов риска, которые на него влияли ранее, влияют сейчас и прогнозируются на будущее.

Как правило, группу здоровья определяет участковый врач или медработник сада или школы на основании 5 четко установленных критериев.

Самый важный момент - оценить наследственность ребенка - не было ли передающихся из поколения в поколение болезней, предрасположенность к ним.

Для оценки группы здоровья важно уточнить, как протекали беременность и роды, а впоследствии и первый месяц жизни. Наши врачи-педиатры выяснят нюансы Вашей беременности, болела ли будущая мама, будучи беременной, были ли осложнения при родах, болел ли ваш малыш в период сразу после родов и после - все это очень важно для оценки.



Первая группа здоровья

Дети здоровые, с нормальным развитием и нормальным уровнем функций, и дети, имеющие внешние компенсированные врожденные дефекты развития.



Вторая группа здоровья

Дети здоровые, но с факторами риска по возникновению патологии, функциональными и некоторыми морфологическими отклонениями, хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3-5 лет, врожденными пороками развития, не осложненными заболеваниями одноименного органа или нарушением его функции, а также со сниженной сопротивляемостью к острым и хроническим заболеваниям.



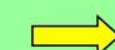
Третья группа здоровья

Дети с хроническими заболеваниями и врожденными пороками развития разной степени активности и компенсации, с сохраненными функциональными возможностями.



Четвертая группа здоровья

Дети, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания в стадии субкомпенсации) или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, со сниженными функциональными возможностями.



Пятая группа здоровья

Дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии декомпенсации, со значительно сниженными функциональными возможностями.



При каждой комплексной оценке здоровья ребёнка делается новое заключение о том, какой группе здоровья соответствуют полученные результаты. Если патологическое состояние устранено или в развитии заболевания достигнуто значимое улучшение, то группа здоровья будет соответственно уменьшена.



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ

Памятка для родителей
«В детский сад без слез.
Как помочь ребенку?»



НАДЕЖДА МАХМУТОВА
ПРАКТИКУЮЩИЙ ДЕТСКИЙ ПСИХОЛОГ,
EASY_MAM. БОЛЕЕ 275 000 ПОДПИСЧИКОВ



АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ без проблем



ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО



Елена УЛЬЕВА

В ДЕТСКИЙ САД БЕЗ СЛЁЗ



Книга для родителей



Аудиосказка «Первый раз в
детский сад»
Э. Успенский





ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ

**Один на улице: как
подготовить ребёнка к
самостоятельным
прогулкам**



**Как планировать отдых с
детьми: советы
родителям**



**Ребёнок и незнакомец:
9 правил, которые должен
знать ребёнок**





ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ

**«В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ –
ЗДОРОВЫЙ ДУХ»:
КАК РОДИТЕЛЯМ
ПРИБЛИЗИТЬ РЕБЕНКА
К ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ?**



**«КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА
БЕРЕЧЬ ЗДОРОВЬЕ?»**



**СОВЕТЫ ПО ЗДОРОВОМУ
ОБРАЗУ ЖИЗНИ ОТ ЧЕМПИОНА
МИРА. ПАМЯТКА ДЛЯ
РОДИТЕЛЕЙ.**



Как не ошибиться с выбором спортивной секции?

НЕПолезные советы:

- ❖ Выбранное направление должно нравиться родителям!
- ❖ Состояние здоровья не важно!
- ❖ Надо же куда-то девать энергию!
- ❖ Не быть хлюпиком!
- ❖ Травмоопасно!



❖Играйте с
ребенком, приучая к
режиму

❖Не отклоняйтесь
от режима ни при
каких условиях

❖Покажите пример

❖Поощряйте усилия

❖Составьте вместе
требования



Как формировать полезные привычки у ребенка?

трекер привычек

побуждение к действию

наглядный прогресс

МГНОВЕННАЯ НАГРАДА

[illegible]

Как организовать летний отдых ребенка и получить максимум пользы от природных факторов?



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ

Памятка для
родителей:
«Мы едем на море!»



Памятка для
родителей:
«Мы едем
отдыхать!»



Памятка «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ
ПРИ НЕСЧАСТНЫХ
СЛУЧАЯХ У ДЕТЕЙ»



Рекомендованные действия родителей детей дошкольного возраста по формированию пищевого поведения у ребенка

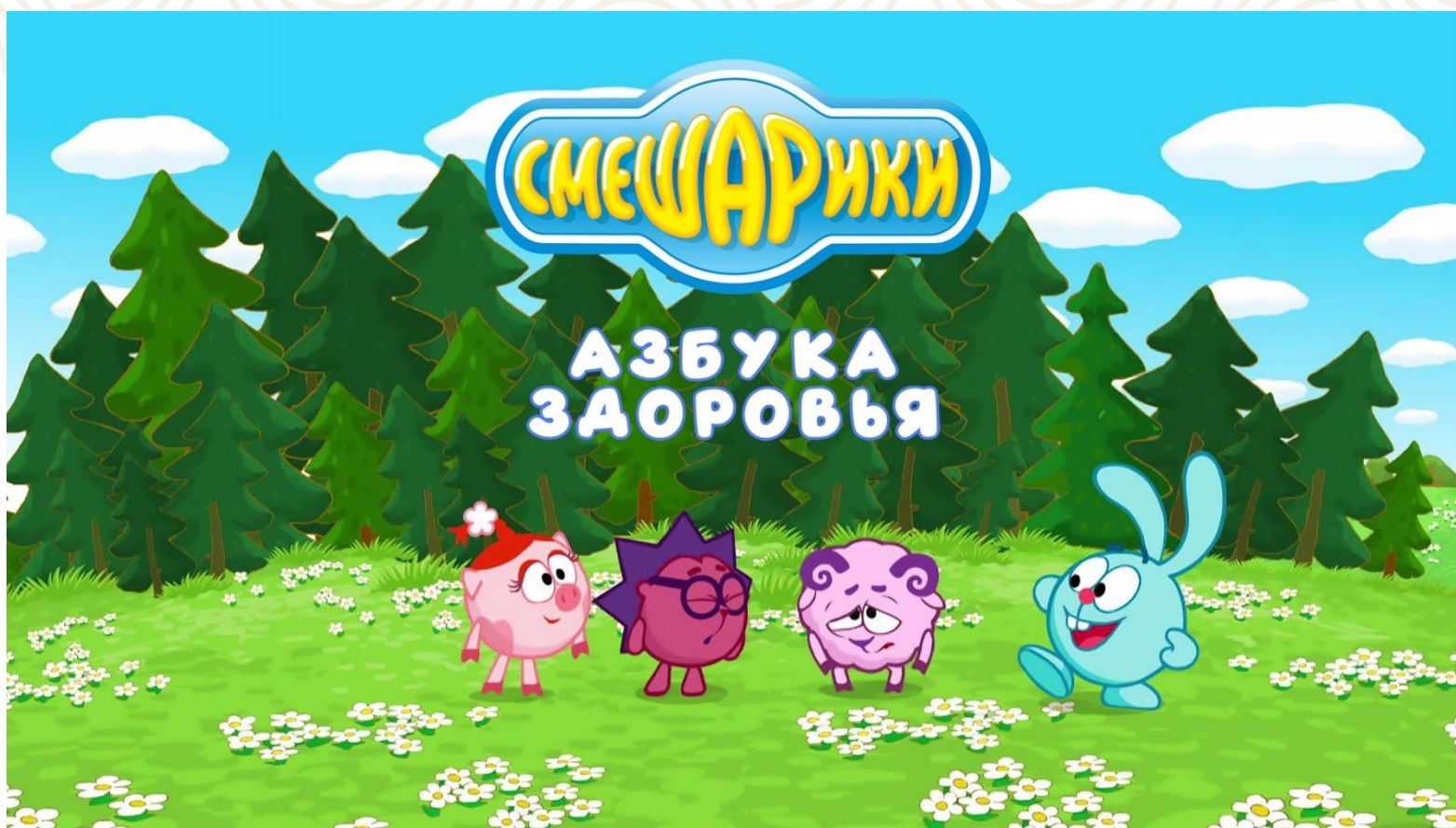
ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ СОВЕТУЮТ

- Пробуждайте у ребёнка интерес к пище, организовывайте прием пищи как совместную деятельность.
- Предлагайте ребёнку пробовать разнообразную пищу.
- Украшайте блюда используя нестандартную сервировку.
- Синхронизируйте питание дома и в детском саду.
- Помните, что ребёнок имеет право на индивидуальный выбор.
- Уберите обсуждение веса и фигуры.



**Что приготовить
детям:
меню от 1 до 7 лет**





Смешарики.
«Азбука здоровья»



10 лучших
мультфильмов, которые
научат ребенка следить
за здоровьем



Мультфильмы про безопасность: берём пример с любимых героев



«Смешарики: Азбука безопасности», 2006 год



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ



«Дорожные ловушки», 2022 год





Как выбрать гаджет для дошкольников?



ПРАВИЛА КИБЕРБЕЗОПАСНОСТИ СПЕЦИАЛИСТЫ СОВЕТУЮТ

- Ограничьте время, которое ребёнок проводит в сети.
- Используйте средства обеспечения безопасности в Интернет-пространстве.
- Объясняйте детям, что нельзя принимать за правду всё то, что есть в Интернете.
- Избегайте самостоятельного использования Интернет пространства ребенком до 7 лет.
- Убедите ребенка не называть свое реальное имя и фамилию в Интернет-пространстве.
- Читайте специальную литературу, посвященную вопросам кибер и информационной безопасности
- Познакомьте ребенка с существующей маркировкой по возрасту (0+, 6+, 12+ и т.д.).

