***Формируя здоровый образ жизни у ребенка, семья должна привить ему следующие основные знания,***

***умения и навыки:***

* понимание значения ЗОЖ для личного здоровья, хорошего самочувствия, успехов в учебе;
* знание правил личной гигиены, гигиены помещений, одежды, обуви и др.;
* умение правильно строить режим дня и выполнять его;
* знание основных правил рационального питания с учетом возраста;
* понимание значения двигательной активности для развития здорового организма;
* знание основных частей тела и внутренних органов, их роль в жизнедеятельности организма человека;
* знание основных природных факторов, укрепляющих здоровье, и правил их использования;
* знание правил сохранения здоровья от простудных и некоторых других инфекционных заболеваний;
* умение оказывать простейшую помощь при небольших порезах, ушибах, ожогах, обморожениях;
* умение анализировать опасные ситуации, прогнозировать последствия и находить выход из них;
* умение взаимодействовать с окружающей средой, понимать, при каких условиях среда обитания (дом, класс, улица, дорога, лес) безопасна для жизни.



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

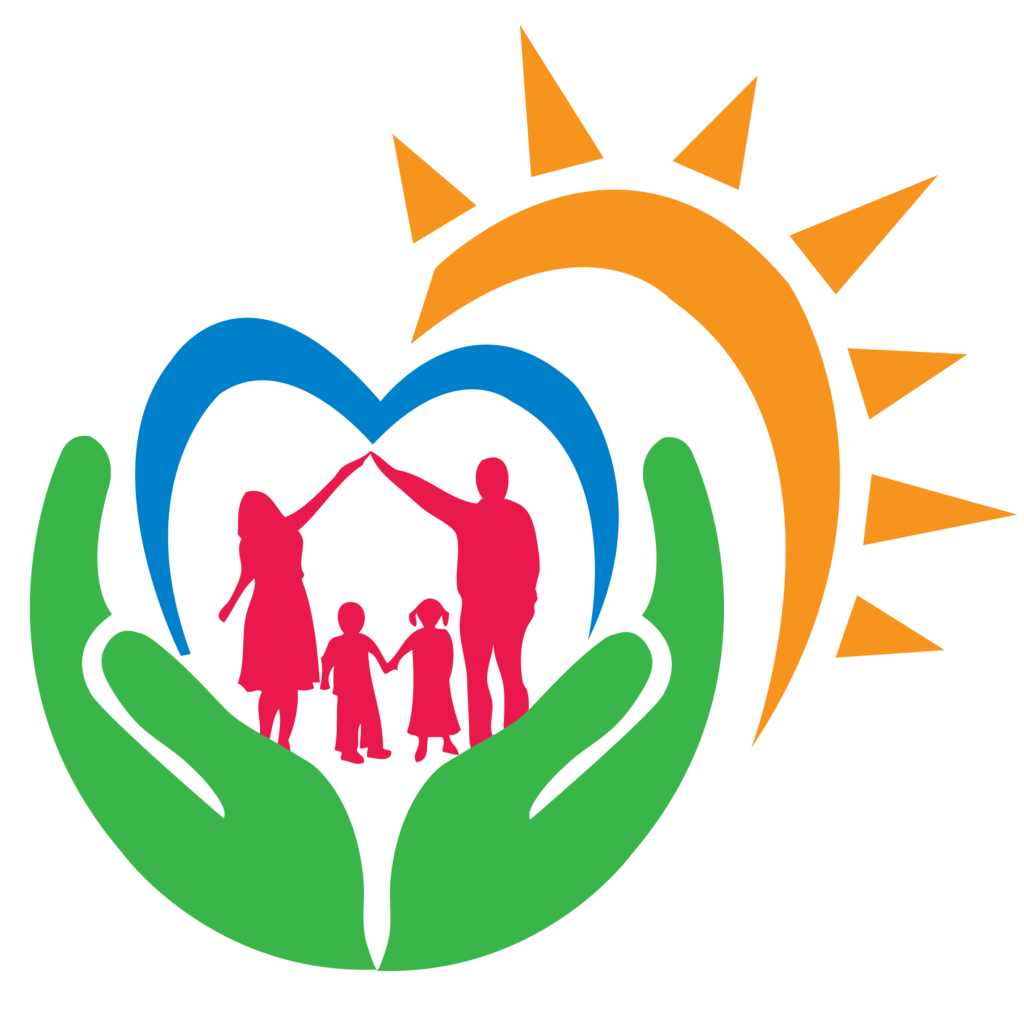
«Средняя школа №2 г. Вельска»

структурное подразделение «Детский сад №6 «Искорка»

Конференция для родителей

**«Здоровый ребенок -**

**забота общая»**

****

2020