

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида «Северяночка»*

«Формирование навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»



*Выполнил воспитатель:
Березовская Татьяна Николаевна*

пгт. Приобье, 2024г.

*«Забота о здоровье - это важнейший труд
воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей зависит их
духовная жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера в свои силы»
В. А. Сухомлинский.*

Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Этот период является основополагающим в становлении личности человека.

Дошкольное учреждение является первым звеном, обеспечивающим разностороннее развитие ребенка от рождения и до 7 лет. На первое место сейчас выдвигаются задачи охраны жизни и укрепления здоровья детей; использование технологий, сберегающих здоровье; формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни.

Предметно - пространственная среда, созданная в группе, способствует укреплению здоровья и закаливанию организма детей, а также удовлетворяет врожденную потребность детей в движении, которая служит важным условием формирования всех систем и функций организма, одним из способов познания мира, ориентировки в нём, а также средством всестороннего развития дошкольника.



Закаливающие процедуры



Подвижные игры



Физкультурные занятия

*Формы работы
по приобщению детей
к ЗОЖ:*



Правильное питание



Утренняя гимнастика

Прогулки



*Самостоятельная, игровая
деятельность детей*



Работа с родителями





«Утренняя гимнастика»

*Дети, стройтесь по порядку
На весёлую зарядку!*



Образовательная деятельность «Мы дружим с физкультурой»



«Спортивные развлечения»



«Прогулки и трудовая деятельность»



*Свежий воздух малышам
Нужен и полезен!
Очень весело гулять нам!
И никаких болезней!...*



«Подвижные игры, физкультминутки»



«Закаливающие процедуры»

Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу оба глаза!

Мойся лобик,

Мойся ротик,

*Смотрим в зеркало
напротив..*

*Ой, как чисто-чисто стало,
Грязь от Ванечки сбежала.*



*Мы поели, мы попили,
Про зубы чуть-чуть
Мы не забыли!
Ведь нам нужно
Каждый раз после еды
Полоскать рот водой
Потому что у нас нет
Зубной щетки с пастой под рукой!*



«Гимнастика пробуждения, воздушные ванны, профилактика плоскостопия»

Что за чудо?
Наши ножки
оказались на
дорожке
На дорожке не
простой,
А затейливой
такой!



Вы проснулись? Улыбнулись.
Чтоб совсем проснуться нужно потянуться.
Потянулись, потянулись
А теперь прогнулись.



«Правильное питание»



«Беседы и просмотр презентации»



«Игровая деятельность»

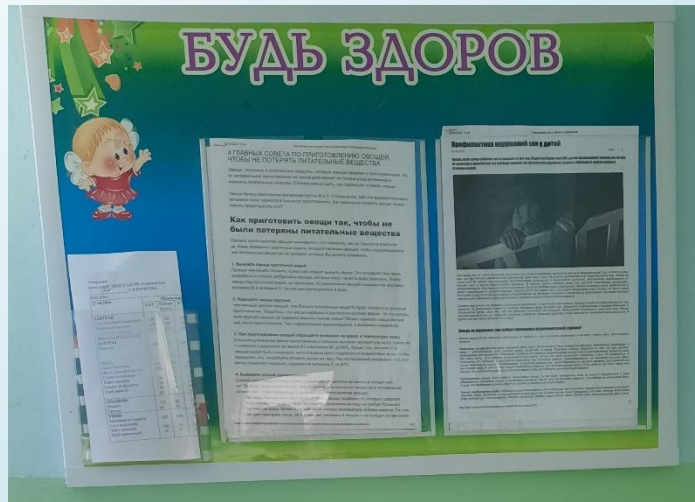




«Продуктивная деятельность»



«Работа с родителями»



Забота о формировании привычек здорового образа жизни ребенка должна начинаться с обеспечения четко установленного режима дня, создания оптимальных гигиенических условий, правильного питания, выполнения ежедневных утренних зарядок, закаливания организма, что способствует правильному формированию физических качеств детского организма, профилактике различных заболеваний.

