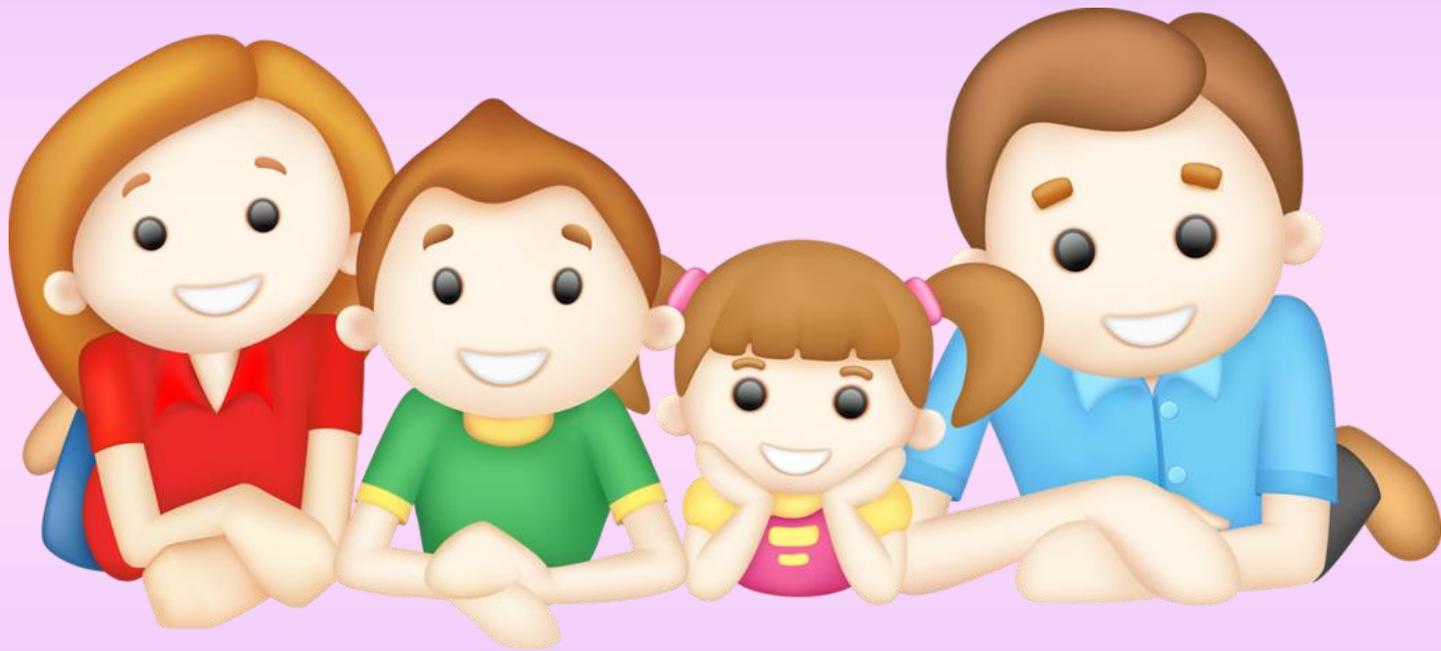




Группа №4 «Солнышко»
представляет.....

«ПРИБЛИЖЕНИЕ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ»



Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, это состояние полного душевного и социального благополучия.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья.



Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей нашей группы осуществляется по следующим направлениям:

1. Привитие культурно-гигиенических навыков



2. Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.



3. Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.



4. Формирование привычки к ежедневным физкультурным упражнениям

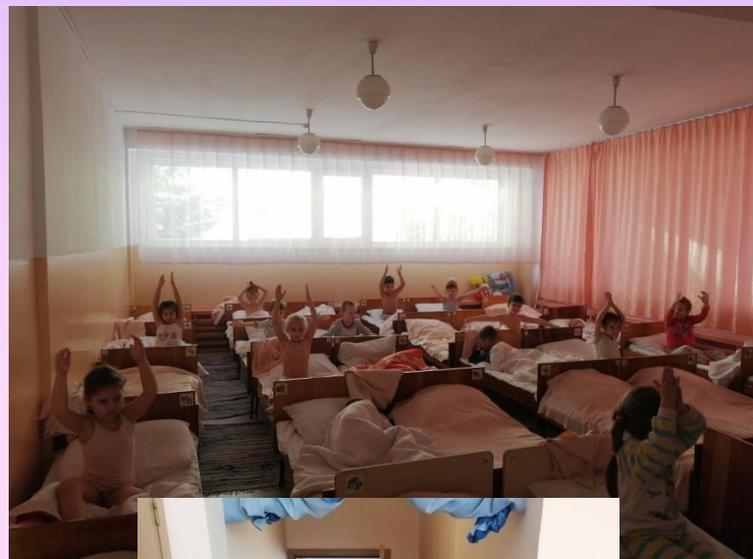
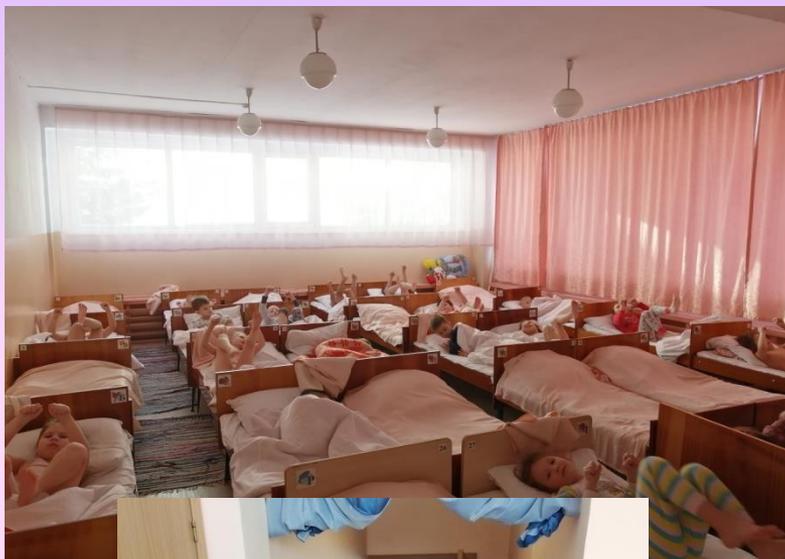




Занятия йогой

Релакс

5. Гимнастика после сна



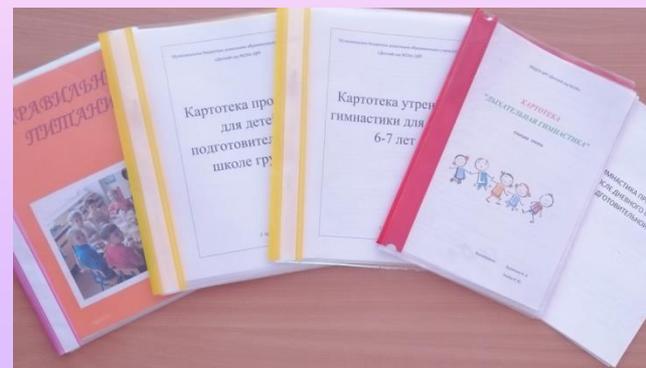
6. Дыхательная и зрительная гимнастики



7. Физкультминутки



(Картотеки прилагаются)



8. Беседы о здоровье



9. Игры



10. Занятия - путешествия - походы



12. Подвижные игры



13. Проведение спортивных мероприятий



14. Хождение по тропе здоровья



15. Посещение спортивных секций



16. Формирование потребности семьи (родителей) ребенка в здоровом образе жизнедеятельности и личного примера в укреплении и сохранении здоровья



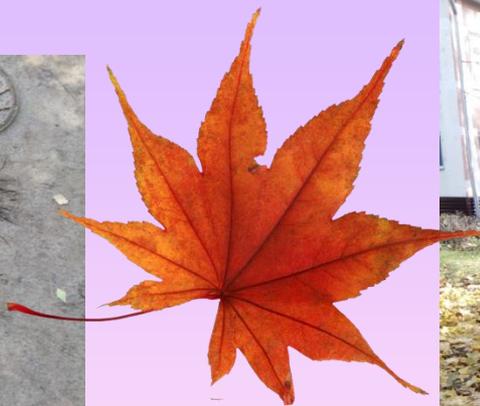
17. И конечно же прогулки в любое время года:



Лето



Осень



Зима



Пропаганда здорового образа жизни в детском саду и личный пример родителей и педагогов поможет создать здоровое поколение!





**Здоровые дети - в здоровой семье.
Здоровые семьи - в здоровой стране.
Здоровые страны - планета здорова.
Здоровье! Какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!