

МОЙ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Воспитанник: гр. №12, детского сада «Мозаика №112»

Вафина Самира

Воспитатель: Халикова.А.Р.





Задачи:

- Создать условия для организованного отдыха детей. Пропагандировать здоровый образ жизни.
- Формировать интерес к различным видам деятельности.
- Развивать творческую активность, творческий потенциал каждого ребенка.
- Укреплять здоровье, содействовать полному физическому развитию.
- Приобщать ребят к разнообразному образу социальной жизни через участие в игре.
- Воспитывать ответственность, бережное отношение к природе, развивать экологический кругозор.
- Формировать качества, составляющие культуру поведения, социально – гигиеническую культуру.



Цели:

- Создание благоприятных условий для полноценного психофизического развития дошкольников;
- Формирование здорового образа жизни, нравственного-эстетических и интеллектуальных ценностей дошкольников в условиях ДООУ и семьи;
- Формирование базовых основ культуры;
- Обеспечение качества дошкольного образования.



РЕЦЕПТ №1 «СВЕЖИЙ ВОЗДУХ»



Ура! Мы едем в лес,
Сегодня выходной.
Костюм спортивный я надела,
Родители со мной.
Свежий воздух нам
Нужен и полезен!
Очень весело гулять нам!
И никаких болезней!



РЕЦЕПТ №2 «ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ»

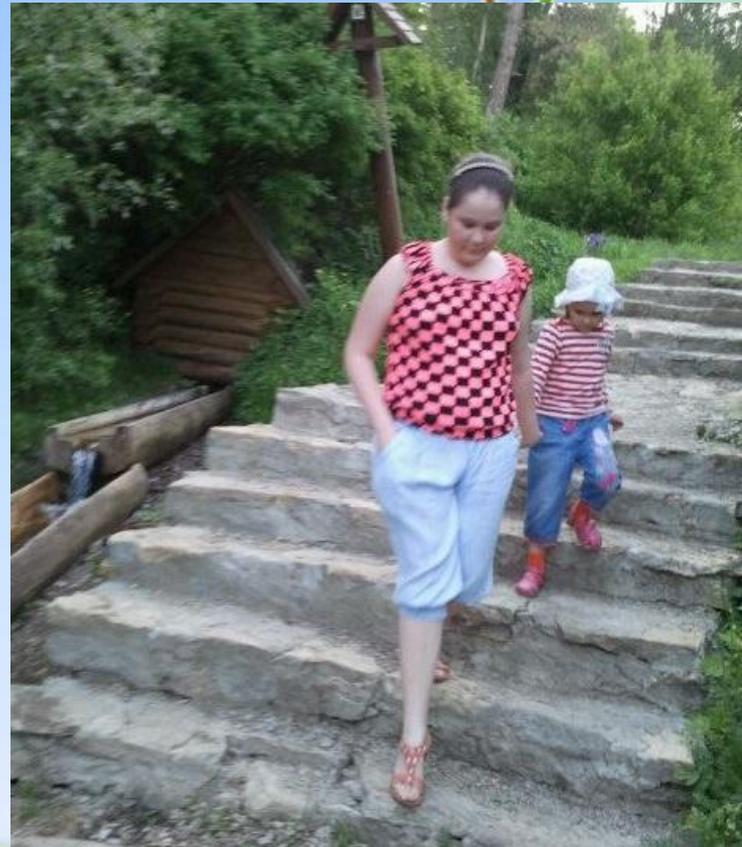


Кто тут будет куп – куп,
По водичке хлюп – хлюп?
В бассейн быстро прыг – прыг,
В бассейне ножкой дрыг – дрыг.



РЕЦЕПТ №3 «РОДНИКОВАЯ ВОДА»

Есть люди – родниковая вода.
Всё оживает рядом: дети и цветы.
Особым даром наделили их Судьба.
Нас окрылять Надеждой, оживлять Мечты.



РЕЦЕПТ №4 «СПОРТ»



Надень коньки свои, дружок,
Попробуй прокатиться.
Не отступай, скользи вперёд,
Лети быстрее птицы.
Мороз сердитый отстаёт
От тех, кто не боится!



РЕЦЕПТ №5 «ЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА»



Как в шахматы играть,
Так в свете должно жить,
И чтоб хождение твоё в нём было прочно,
Смотри, чтоб с умыслом –
И даже ненарочно –
На клеточку чужую не ступить.

РЕЦЕПТ №6 «БАНЯ»



Истопила мама баньку,
Самиру на руки взяла.
Через все сугробы Самиру
Мама в баньку понесла.
От каши берёзовой
Стала Самира розовой.
Волосы от щёлока
Стали мягче шёлка.

РЕЦЕПТ №7 «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

Утро – это молоко, потому что
Вкусное, белое, полезное.
Для здоровья – верное,
Там кальций, магний и фосфат,
И каждый витаминам рад!
Любите молоко, цените молоко,
И будет вам добро!



РЕЦЕПТ №8 «РАЗВЛЕЧЕНИЕ»



РЕЦЕПТ №9 «СОН»



Бродит сон по коридору...
Ночью он пришёл к Самире
И хотел ему присниться.
Только мальчику не спится.
Хватит! Сколько можно
ждать!?
Сон побрёл в свою кровать.
Он ужасно утомился!
Лёг и ... сам себе приснился.



РЕЦЕПТ №10 «ФИЗКУЛЬТУРА»

Мы дружные ребята,
Пришли мы в детский сад,
И каждый физкультурой
Заняться очень рад!
Физкультурой мы в саду
Много занимались.
На зарядке по утрам
Крепли, закалялись.



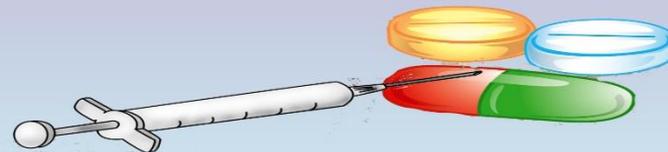
Рецепт №11

«Больница»

Детский доктор утром рано
Надевает свой халат,
Руки моет он под краном,
В кабинет зовет ребят.

А потом в жару и холод,
Словно доктор Айболит,
Через весь огромный город
Врач по вызову спешит.

Не страшны нам грипп, ангина,
ОРЗ, ветрянка, корь,
Врач – служитель медицины
Победит любую хворь!





РЕЦЕПТ №12 «УВЛЕЧЕНИЕ»



РЕЦЕПТ №13
«БЫТЬ ВСЕГДА
АКТИВНОЙ»





Будьте здоровы

Спасибо за внимание