

МКОУ Николаевская ООШ
дошкольная группа «Сказка»



Программа Васильевой М.А.
«От рождения до школы»
физкультурно-
оздоровительное
направление



Воспитатель: Дубовцева А.А.

Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и физическая, социальная и психологическая гармония человека.

А также доброжелательные отношения с людьми, природой, наконец, самим собой.



Цель: формирование у ребенка осмысленного отношения к здоровому образу жизни человека

Задачи:

- способствовать развитию познавательного интереса к своему организму и его возможностям.
- развивать у ребенка готовность самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением своего здоровья.
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
- совершенствовать практические навыки здорового образа жизни.



Формы реализации

Занятия познавательного цикла:
• физкультурные занятия

Занятия по продуктивной деятельности
• аппликация,
• лепка,
• рисование,
• конструирование
• составление сказок

Оздоровительные процедуры:
• Воздушные ванны,
• игровой самомассаж,
• дыхательная гимнастика
• занятия в сухом бассейне, на тренажерах

Игры:
• дидактические
• развивающие,
• сюжетно-ролевые,
• театральные,
• игры-эксперименты,

Работа с родителями:
• родительские собрания,
• консультации,
• информация в уголок для родителей,
• анкетирование,
• памятки,
• рекомендации,
• совместная деятельность



Главные факторы здоровья:

- ☀️ движение;
- ☀️ питание;
- ☀️ режим;
- ☀️ закаливание.



PHOTWEB.ru



□ **Важнейшим элементом здорового образа жизни является рациональное питание**

«Если бы люди ели только тогда, когда они очень голодны, и если бы питались простой чистой и здоровой пищей, то они и не знали бы болезней и им легче было бы управлять своей душой и телом», - так говорил Л.Н. Толстой









Физическая активность.





Занятия по физической культуре



Прогулка на свежем воздухе









Человек рождается на свет

Чтоб творить, дерзать – и
не иначе

Чтоб оставить в жизни
добрый след

И решить все трудные
задачи.

Человек рождается на свет
Для чего? Ищите свой
ответ.





Спасибо за внимание!

