

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.



PHOTOWEB.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!**

