

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижевартовска детский сад №69 «Светофорчик»

Формирование основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста



Воспитатель:
Кунгурова И.В.

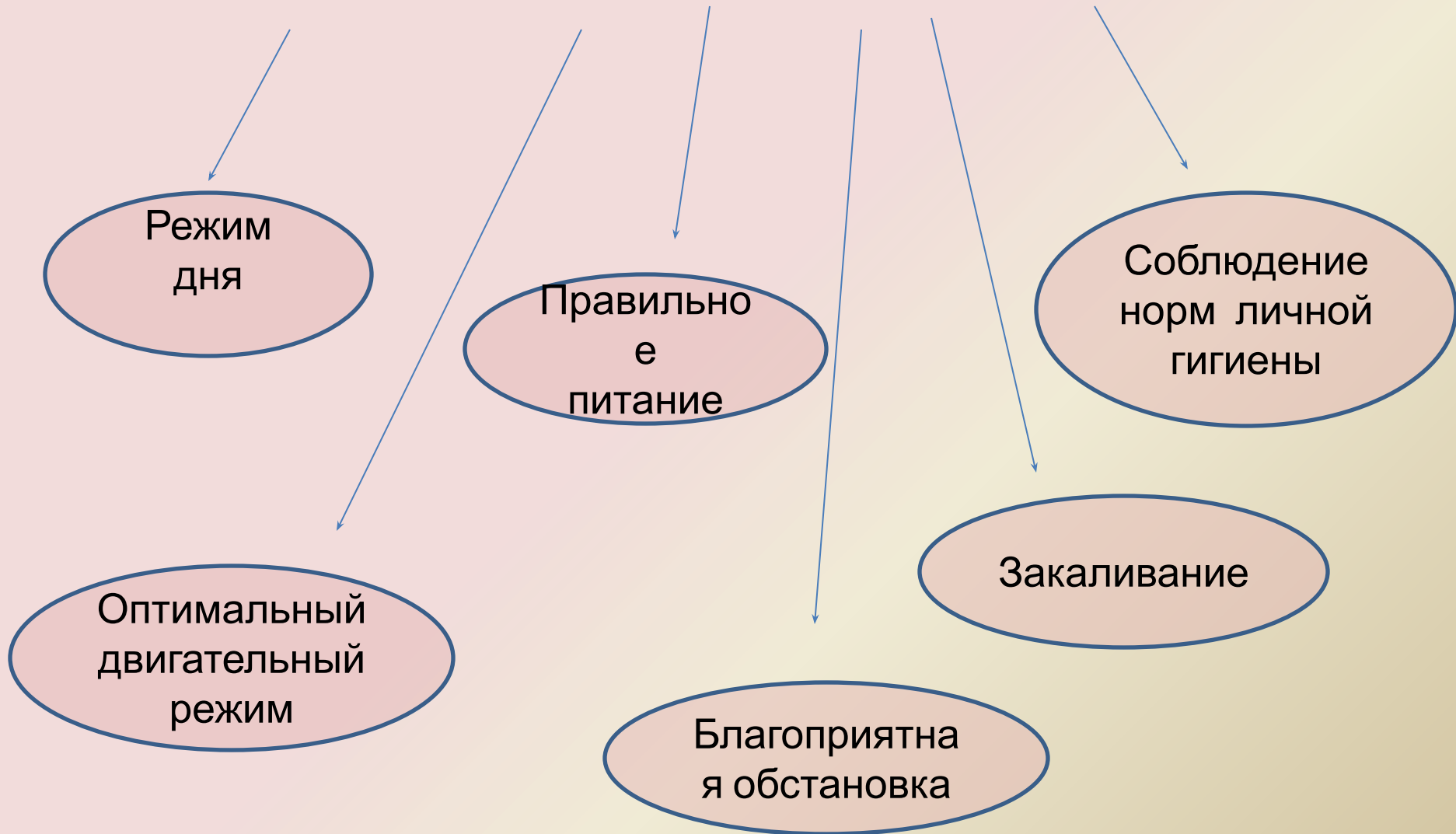


Всемирный
день
здоровья

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ



Компоненты здорового образа жизни



Подвижные игры способствуют всестороннему развитию детей, содействуют оздоровлению организма, воспитывают самостоятельность и творческую инициативу.

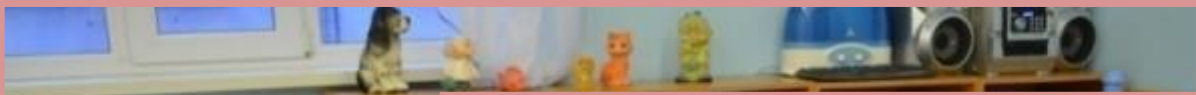


Ежедневная прогулка – наиболее эффективный вид отдыха, способствующий укреплению организма и закаливанию его.



Пальчиковый массаж благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.





Дошкольный возраст – наилучшее время для закрепления на всю жизнь привычек к чистоте, соблюдению правил личной гигиены.







Большую помощь в работе с дошкольником оказывает стихи, потешки, народные



