

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.

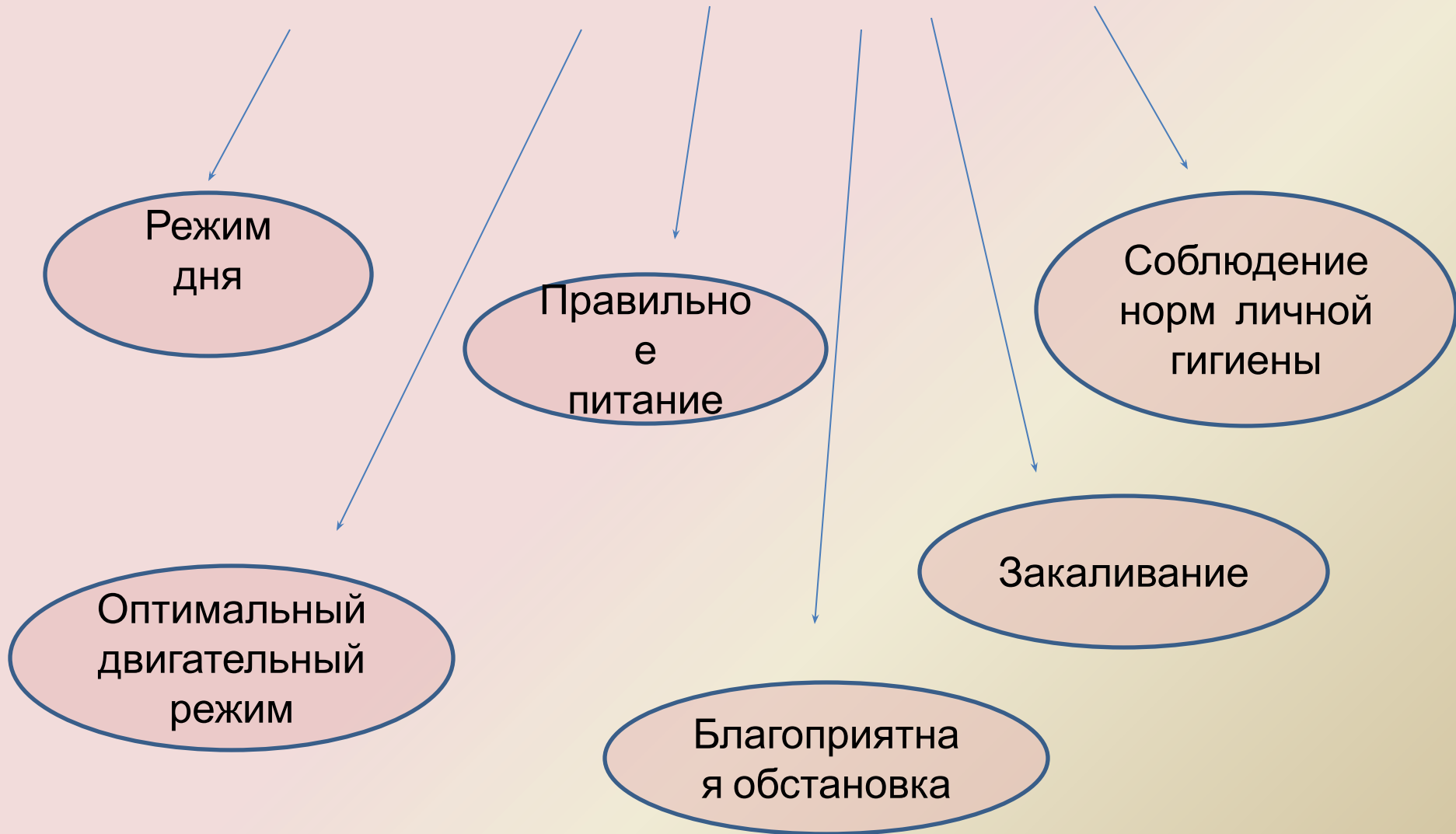
A colorful illustration of diverse children holding hands in a circle around a central blue globe. The globe contains the Russian text 'Всемирный день здоровья' (World Health Day). The children are depicted in various styles and colors, representing different cultures and ages. The background is a light blue sky with a white cloud.

**Всемирный
день
здоровья**

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ



Компоненты здорового образа жизни



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

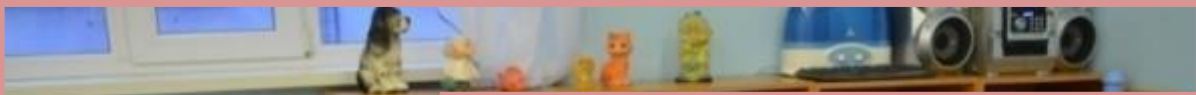


Ежедневная прогулка – наиболее эффективный вид отдыха, способствующий укреплению организма и закаливанию его.



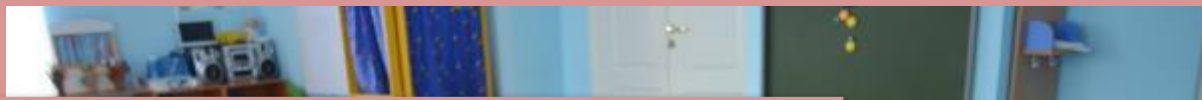
Пальчиковый массаж благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.





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



