



*Формирование
привычки к здоровому
образу жизни у младших дошкольников*

Подготовила воспитатель
МБДОУ д/с №4
«Пингвин»
Н.В.Мунтян






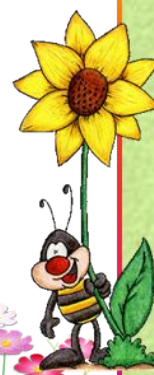
**Развитие
физических
упражнений.**



**К речке быстро мы спустились,
Наклонились и умылись.
Раз, два, три, четыре,
Вот как славно освежились.**



**Будем прыгать, как лягушка,
Чемпионка-попрыгушка.
За прыжком — другой прыжок,
Выше прыгаем, дружок**

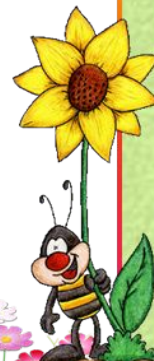


**Обучение подвижным играм
и упражнениям начинаем
с утренней гимнастики**



*По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки,
Раз-два, раз-два,*

*Мы становимся все выше,
Достаем руками крыши.
Раз-два — поднялись,
Раз-два — руки вниз.*

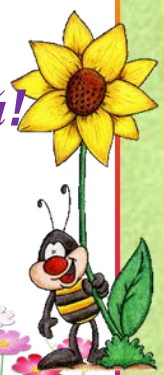




Привитие культурно-гигиенических навыков.



*Ай, лады, лады, лады
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Маме улыбаемся.
Знаем, знаем, да-да-да
Где ты прячешься, вода!
Выходи, водица,
Мы пришли умыться!
Лейся на ладошку
По-нем-ножку.
Лейся, лейся, лейся
По-сме-лей -
Детка умывайся веселей!*



**Особое внимание необходимо обращать
на значимость для организма
сна, еды, витаминизации организма**



*А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда.
Не осталось и следа.*



Упражнения в кроватке



*Мы хлопаем в ладоши, хлоп, хлоп
Мы топаяем ногами, топ, топ
Качаем головой
Мы руки поднимаем, мы руки
опускаем*



Дорожки здоровья



*Чтоб здоровы были
ножки, мы пройдемся
По дорожке!!!!*



Самая действенная,
закаливающая процедура
– это прогулка



**Главными союзниками в нашей работе
по формированию привычки
к здоровому образу жизни у малышек
являются родители**

Наладить взаимоотношения помогают разнообразные формы работы: показы занятий, консультации, тематические родительские собрания, папки-передвижки, в которых отражается жизнь детей в детском саду.

