

*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.*

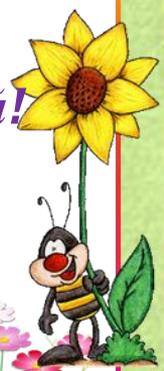




# Привитие культурно-гигиенических навыков.



*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



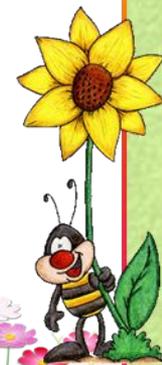
*Мы хлопаем в ладоши, хлоп, хлоп  
Мы топаяем ногами, топ, топ  
Качаем головой  
Мы руки поднимаем, мы руки  
опускаем*



# 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.*

