

# «Здоровый образ жизни»

Выполнила:  
воспитатель МБДОУ № 3  
Алексеева О.В.

Проблема: воспитания здорового образа жизни у детей занимает одно из центральных мест в разработке научных основ детской практической психологии и педагогики, выдвигаются требования пересмотра и коренного изменения программ, средств и методов гигиенического обучения и воспитания детей, внедрения принципов культуры здорового образа жизни, приведения их в соответствие с изменившимися социально-экономическими условиями жизни населения. В качестве основной выдвигается задача выработать и закрепить у детей старшего дошкольного возраста в период их пребывания в дошкольном учреждении целесообразные для их возраста гигиенические навыки и привычки, осознанное отношение к здоровью, личной и общественной безопасности.

Цель: теоретически обосновать и практически проверить эффективность системы работы по воспитанию сознательного отношения к здоровому образу жизни у детей старшего дошкольного возраста.

- Задачи:
- 1. Изучить психолого-педагогическую литературу по теме исследования.
- 2. Выявить сущность понятия «здоровый образ жизни».
- 3. Изучить особенности развития физической культуры дошкольников как одного из оптимальных способов формирования навыков здорового образа жизни.
- 4. Разработать и апробировать программу по воспитанию у дошкольников навыков здорового образа жизни.

# Утренняя гимнастика



# Физкультурное занятие



# Водичка, водичка....



# Чтение сказки «Федорино горе» «Мойдодыр»



# Пальчиковая гимнастика «Капуста», «Лимон»





# Самомассаж ушей «Поиграем с ушками»



# Дидактическое упражнение «Соберём овощи и фрукты в корзинки»



# Ходьба по массажной дорожке



# Сюжетно-ролевые игры: «Овощной магазин» «Семья» (накроем на стол).



# Веточка смородины



# Витамины для Маши



# Брифинг с родителями

















