

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад присмотра и оздоровления
№ 27 «Аленка» г. Воркуты**



**Инструктор по физической культуре
Петухова Татьяна Алексеевна**

Цель: формирование здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

- формировать двигательную активность детей;
- создавать условия для физической разрядки детей;
- укреплять физическое здоровье детей;
- повышать сопротивляемость к простудным заболеваниям;
- прививать любовь и интерес к здоровью, спорту;
- воспитывать у детей добрые и дружеские взаимоотношения.

СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ



**Каша не надоедает,
Каша силу прибавляет**



**Кто пьет молоко –
Будет прыгать
высоко,
Будет бегать далеко.**

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ



**Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.**

ЗДОРОВЫЙ СОН



**Следует, ребята, знать -
Нужно всем подольше спать.**

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ



УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА И ЗАРЯДКА ПОСЛЕ СНА



**Зарядка всем полезна,
Зарядка всем нужна.
От лени и болезни
Спасает нас она**



Профилактические мероприятия « Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»



**Ну, а если уж случилось: Разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора. Он поможет нам всегда.**

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ



ЗИМНИЕ

ВРЕЧЕНИЯ



АКТИВНЫЕ ПРОГУЛКИ



**На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!**



Спортивные мероприятия с участием родителей



Участие в спартакиаде среди детей старшего дошкольного возраста «Я – будущий чемпион»



Будьте здоровы!



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !