



ПРЕЗЕНТАЦИЯ

на тему:

«Я – воспитатель здоровья»

Подготовила: воспитатель II - младшей
группы ГБДОУ №4 Кировского района
г. Санкт-Петербурга
Боровкова Г.И.

Кто такой здоровый человек?

Основные правила:

- **Правильное питание - «Есть следует для того чтобы жить, а не жить для того чтобы есть».**
- **Содержание своего духовного и физического тела в чистоте - «В здоровом теле – здоровый дух!».**
- **Движение - это жизнь - «Двигайся больше – проживешь дольше».**

Основные цели и задачи ЗОЖ.

Цель:

формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Задачи:

- закрепить знания детей о понятии «здоровье»;**
- развивать физические качества, самостоятельную двигательную активность;**
- воспитывать желание заботиться о своем здоровье.**

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА



*Утренняя гимнастика – обязательная часть
ежедневного режима ребенка.*

ВОСПИТАНИЕ КГН



*Знаем, знаем, да-да-да
Где ты прядешся вода!
Выходи водица,
Мы пришли умыться!
Лейся на ладошку
По- нем- ножку.
Лейся- лейся
По- сме- лей
Умывайся веселей!*



МАССАЖ

Пластический этюд:

*Дождик бегаем по крыше
похлопывание ладошками*

Бом! Бом! Бом! по спине

По веселой звонкой крыше

Бом! Бом! Бом!

Дома, дома посидите

постукивание пальцами

Бом! Бом! Бом! по спине

Никуда не выходите-

Бом! Бом! Бом!

Почитайте, поиграйте

поколачивание кулачками

Бом! Бом! Бом! по спине

А уйду, тогда гуляйте

Бом...Бом...Бом...

По веселой звонкой крыше

поглаживание ладошками

Бом...бом...бом. по спине



ПРОГУЛКИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ



Гулять с ребенком нужно в любую погоду.

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ



*Закрываем мы глаза, вот такие чудеса
(закрывают оба глаза)*

*Наши глазки отдыхают, упражнения
выполняют*

(стоим, глаза закрыты)

*А теперь мы их откроем, через речку
мост построим*

*открываем глаза, взглядом рисуем
мост)*

*Нарисуем букву «О», получается легко
(глазами рисуем букву «О»)*

*Вверх поднимем, глянем вниз,
(глаза поднимают вверх, опускают
вниз)*

*Вправо, влево повернем,
(глаза смотрят вправо- влево).*

Заниматься вновь начнем.



ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ



*Добрый день!
Скорей проснись!
Солнцу шире
улыбнись!*



*Пробуждение детей после дневного сна
требует от педагога особого подхода.*



ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА



«Ветерок»

*Я ветер сильный,
я лечу,*

*Лечу, лечу, куда
хочу.*



БОСОХОЖДЕНИЕ



Плохие мысли приводят к болезням - убегайте от них босиком!

ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ



Упражнения на поверхности воды и песка – снимают напряжение.

ИГРЫ, КОТОРЫЕ ЛЕЧАТ



*А сейчас мы с вами
опять
Будем весело
играть.*

Дидактические материалы



Центр физического развития





***СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!***