

# За здоровьем в детский сад

Из опыта работы воспитателя Никоновой Л.В.  
МБДОУ № 14  
Лакинск

- Здоровье-это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

## **Определение Всемирной Организации Здравоохранения**

---

Физическое здоровье-это текущее состояние функциональных возможностей органов и систем организма.

Психическое здоровье-состояние психической сферы человека, характеризующееся общим душевным комфортом и, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и обусловленное потребностями биологического и социального характера.

\* Социальное здоровье понимается как система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде.

- Здоровье- это процесс сохранения и развития биологических, психических, физиологических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности человека при максимальной продолжительности его активной жизни.
- Цель здоровья: обеспечение максимальной продолжительности активной жизни.

**Определение по В.П.  
Казначееву**

---



# Утренняя гимнастика

---





# **Занятия физкультурой в зале и на улице**

---







# Пальчиковая гимнастика

---

# Дыхательная гимнастика



**Солнце  
прогу  
возду**





**Здоровая пища**

---



**Изучаем валеологию  
играя : лото и викторина**

---



# Рыцарский турнир

---

# Масленичные забавы





