

*Формирование
привычки к здоровому
образу жизни у младших дошкольников*

Выполнила:

**Крупенникова А. Е.
МАДОУ №51 (2корпус)**



Цель: Формирование навыков здорового образа жизни, развитие речи детей и двигательной активности.

Задачи

- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
- дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.
- Воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть красивыми, чистыми, аккуратными, уважительно относиться к своему телу.

Описание проекта

- **Вид проекта:** познавательный.
- **Возраст участников:** дошкольники 3-4 лет.
- **Продолжительность проекта:** 1 неделя
- **Основные формы реализации проекта:** беседы, детское творчество, игры.
- **Предполагаемый результат проекта:**
 - У детей должны сформироваться следующие представления:
 - что такое здоровье и как его сберечь;
 - что такое режим, гигиена ;
 - о самых значимых витаминах, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;
 - о том, что есть полезные и неполезные продукты, какие они;
 - что такое микробы.

**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.*

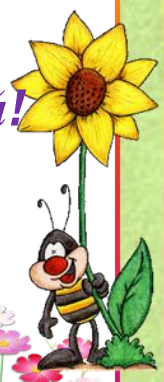




Привитие культурно-гигиенических навыков.



*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!*





Приучаем ребёнка к гигиеническому индивидуализму



*Хоть с тобой я ссорюсь часто,
Гребешок зубастый,
Здравствуй!
Без тебя нельзя сестричке
Заплести свои косички.
Без тебя пришлось бы брату
Целый день ходить лохматым*



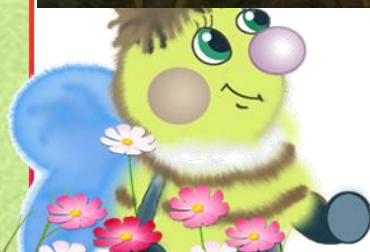
**Особое внимание необходимо обращать
на значимость для организма
еда, витаминизации организма**



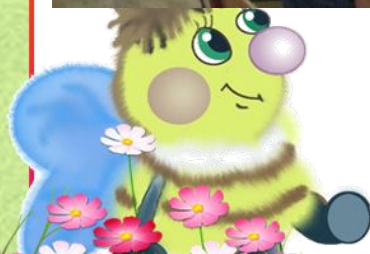
***А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда.
Не осталось и следа.***



Дыхательная гимнастика «ПОДУЕМ НА ПТИЧКУ»
Д. И. « МЫ ЧИСТЮЛИ»




РИСУЕМ «ВИТАМИНКИ»






МЫ ЛЕПИМ «ВИТАМИНКИ»

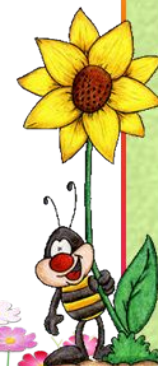




**Развитие
физических
упражнений.**



**Будем прыгать, как лягушка,
Чемпионка- попрыгушка.
За прыжком — другой прыжок,
Выше прыгаем, дружок**



Экскурсия в медицинский кабинет



д. и.

Д. И

Теплый – холодный» - закрепить знания
какая вода безопасней для здоровья



МЫ ЧИТАЕМ И ИГРАЕМ





Дорожки здоровья



*Чтоб здоровы были
ножки, мы пройдемся
По дорожке!!!!*




Беседа на тему:

«Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»



МЫ ЛЕЧИМСЯ У ДОКТОРА





**НАШЕ
РАЗВЛЕЧЕНИЕ
« В СТРАНУ
ЗДОРОВЬЯ»**



**Главными союзниками в нашей работе
по формированию привычки
к здоровому образу жизни у малышек
являются родители**



Все медицинские и закаливающие процедуры проводим с согласия родителей.

Но, главное, на что в первую очередь направлена наша работа – это доказать, что без их участия мы не сможем добиться хороших результатов, только они являются самым ярким примером для своих детей.







**Здоровье
свыше нам
дано,
учись, малыш,
беречь его!**

