



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Ладушка» Родионово-Несветайского района



Я здоровым быть могу – сам себе я помогу



Воспитатели подготовительной группы:

*Перепелица И.М.
Прубникова П.В..*

2021 год





ЗАДАЧИ

- Дать детям первоначальное представление о здоровом образе жизни.
- Формировать представление о самом себе, как отдельном человеке.
- Воспитывать привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.
- Повысить педагогическую компетентность родителей по вопросам укрепления здоровья детей.





Цель :

- Повышение теоретических знаний и практических навыков детей по формированию собственного здоровья;
- Познакомить детей и родителей с основными факторами, влияющими на здоровье;
- Создать условия для сохранения и укрепления здоровья воспитанников;
- Формировать понимание у дошкольников необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;
- Прививать дошкольникам любовь к физическим упражнениям, закаливанию.





**Новый день
начинайте с
улыбки и
утренней
зарядки**





**Соблюдайте
сами режим
дня и
требуйте
этого от
своих детей**



Девочка чистит зубы



**Помните:
лучше умная
книга, чем
бесцельный
просмотр
телевизора**





**Любите своего
ребенка - он
ваш. Уважайте
членов своей
семьи, они -
ваши попутчики**





**Положительное
отношение к себе -
основа
психологического
выживания**





**Личный пример
по здоровому
образу жизни -
лучше всякой
морали**





**Используйте
естественные
факторы
закаливания,
чтобы быть
здоровыми**





**Помните:
простая пища
полезнее для
здоровья, чем
искусные
яства**





**Лучший вид
отдыха -
прогулка с
семьей на
свежем
воздухе**



**МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**





**Постарайтесь не лениться –
Каждый раз перед едой,
Прежде чем за стол садиться,
Руки вымойте водой.**



**И зарядкой занимайтесь
Ежедневно по утрам,
И, конечно, закаляйтесь –
Это так поможет вам.**





		
ЗАКАТЫВАЕМ РУКАВА	ОТКРЫВАЕМ КРАН	МОЕМ РУКИ С МЫЛОМ
		
ЗАКРЫВАЕМ КРАН	ВЫТИРАЕМ РУКИ	ОПУСКАЕМ РУКАВА





*Мы открыли вам
секреты,
Как здоровье
сохранить,
Выполняйте все
советы,
И легко вам будет
жить!*

*Желайте
себе и
окружающим
только
добра!*





Спасибо

за

внимание

