

* МАДОУ «Детский сад №242»

Формирование

здорового образа жизни детей во 2 первой младшей группе



Подготовили:
Правдивцева О.В.
Носарева А.В.



* День начинаем с зарядки!!!
Ручки-ручки - потягушки
И ладошки - похлопушки.
Ножки-ножки – топотушки,
Побегушки, попрыгушки.
С добрым утром, ручки,
Ладошки и ножки,
Щёчки-цветочки – чмок!



* Чистые руки – залог здоровья!!!
Мыли мылом ушки,
Мыли мылом ручки,
Вот какие ладушки,
Ладушки-ладошки.



* Очень каша хороша!
Если кашу не спеша,
Ложку за ложкой
Ели понемножку...





* Сидит белка на
тележке,
Продает она
орешки:
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке – топтыжке
И зайчику-
трусишке.





* **Этот шарик непростой,
Он колючий, вот какой.
Будем с шариком играть
И ладошки согревать.**



* Разрабатываем пальчики



* Дыхание - основа жизни,
«У-у-у-у-у...»
Так завывает ветер
То в поле, то в трубе.
А ну-ка ты попробуй:
Удастся ли тебе?





Солнце глянуло в кроватки,
Надо делать нам зарядку.
Одеяло мы подняли, сразу ножки побежали.
Раз, два, три! Ну-ка ножки догони!



* **Разминаем ножки**



* Делаем массаж

- * Катится колючий ёжик,
- * Нет ни головы ни ножек,
- * Мне по спинке вверх бежит
- * И пыхтит, пыхтит, пыхтит.

* Спасибо за внимание