

МАДОУ «Детский сад №242»

«Здоровый образ жизни»  
1 первая младшая группа



Воспитатель: Пактовская Ю.М.

2024-2025

# Мы здоровыми растём!

- Задачи:
- сформировать представление о здоровье, о значении физических упражнений для организма человека;
- расширить представление детей о важности здоровья, гигиенических процедур, закаливания;
- выделить правила навыков культурно-гигиенического поведения;
- определить и закрепить полученные знания о значении витаминов;
- выделить компоненты здоровья человека и установить их взаимосвязь;
- воспитать потребность в соблюдении режима питания, употребления в пищу овощей и фруктов.

# Утренняя гимнастика

- Утренняя гимнастика — это комплекс упражнений, который настраивает, заряжает весь организм человека положительной энергией и бодростью на весь день!





# Пальчиковая гимнастика

- Раз, два, три, четыре, пять!  
Будем пальчики считать!
- Крепкие, дружные,
- Все такие нужные!
- На другой руке опять:
- Раз, два, три, четыре, пять!



Водичка-водичка, умой моё личико!





# Правильно питаемся!





# Развиваем мелкую моторику!





# Прогулка!

- Свежий воздух малышам -
- нужен и полезен!
- Очень весело гулять нам!
- И никаких болезней!





# Релаксация!





Спасибо за внимание!

