

«Если хочешь быть здоров»

Организация работы по формированию навыков здорового образа жизни во второй младшей группе



Задачи

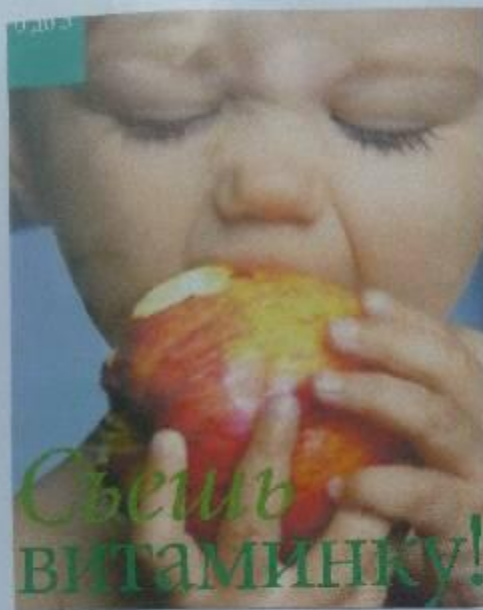
1. Познакомить детей с понятием витамины. Закрепить знание об овощах и фруктах, об их значении в питании.
 2. Познакомить детей с продуктами питания в которых много полезных веществ для развития ребенка.
 3. Обратить внимание детей на необходимость гигиенических процедур в жизни людей.
 4. Спорт- это средство быть здоровым. (Зимние развлечения)
-

Познание, Безопасность.

«Таблетки растут на ветке
Таблетки растут на грядке.»

На занятие с детками приходил поваренок Кеша с двумя корзинами. В одной фрукты, в другой овощи.

В конце занятия были подведены итоги: Кушаем фрукты и овощи с полезными витаминами, вместо таблеток. Перед едой моем руки и продукты. Кушаем в меру, чтобы животик не болел.



29 АПРЕЛЬ 2013



Полезные продукты



29 МАРТ / 2013



Художественное творчество:

Для закрепления занятия о витаминах в овощах и фруктах, была проведена аппликация: «Наливное яблочко»



Калина

Полезно	70-75%
Жирно	0,1%
Белки	12%
Калории	2,1 ккал
Цели	0,6%

Клюква

Полезно	70-75%
Жирно	0,1%
Белки	12%
Калории	2,1 ккал
Цели	0,6%



24/МАРТ/2013

ДЛЯ КРЕПКОГО ИММУНИТЕТА



...для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, а также для профилактики остеопороза. А еще это хороший профилактический препарат.

Мясо Напиток полезен для людей, страдающих заболеваниями сердца, сосудов, печени, почек, желудка, кишечника и т.д. Он способствует снижению веса, улучшает обмен веществ.

■ Апельсин полезен для профилактики заболеваний сердца, сосудов, печени, почек, желудка, кишечника и т.д.

Яйца В апельсине содержится много витаминов, особенно витамин С, который способствует укреплению иммунитета.

■ В апельсине содержится много витаминов, особенно витамин С, который способствует укреплению иммунитета.

Масло Достаточно всего 2-3 ч.л. ежедневно и достаточно

...для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, а также для профилактики остеопороза. А еще это хороший профилактический препарат.

Мандарин Этот цитрусовый фрукт богат витамином С, который способствует укреплению иммунитета. Кроме того, мандарин полезен для профилактики заболеваний сердца, сосудов, печени, почек, желудка, кишечника и т.д.

Свекла Этот овощ полезен для профилактики заболеваний сердца, сосудов, печени, почек, желудка, кишечника и т.д.

■ Свежая свекла способствует снижению веса, улучшает обмен веществ.

Канука Этот фрукт богат витамином С, который способствует укреплению иммунитета.

■ Странно, давай, ребята на нуле и сразу как так не бывает война.

Орехи Этот продукт богат витамином Е, который способствует укреплению иммунитета.

...для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, а также для профилактики остеопороза. А еще это хороший профилактический препарат.

Мандарин Этот цитрусовый фрукт богат витамином С, который способствует укреплению иммунитета. Кроме того, мандарин полезен для профилактики заболеваний сердца, сосудов, печени, почек, желудка, кишечника и т.д.

■ Свежая свекла способствует снижению веса, улучшает обмен веществ.

Киви Этот фрукт богат витамином С, который способствует укреплению иммунитета.

■ Странно, давай, ребята на нуле и сразу как так не бывает война.

Калина Этот фрукт богат витамином С, который способствует укреплению иммунитета.

Хурма Этот фрукт богат витамином А, С и калием, которые способствуют укреплению иммунитета.

Познание, Художественное творчество.

Где живут витамины зимой? В гостях Кеша- поваренок с урожаем. Вместе с детьми он сделал заготовки на зиму. И детки теперь будут получать витаминки не только летом, но и зимой. Стоит только открыть баночку с компотом, вареньем или с помидорками и огурцами и т.д.



Социализация

Сюжетно-ролевые игры

«Магазин»

«Семья»







Беседа с детьми о полезных продуктах. Что надо кушать., чтобы расти здоровым, сильным, крепким.



© 2012/2013

Здоровье.

Занятие по
гигиеническим процедурам.

Для того чтобы быть
здоровым, важно не только
питание, но и чистота.

Поговорка «Чистота – залог
здоровья»

Средства гигиены





© 2013

Чтение художественной литературы, Труд.

Корней Чуковский
«Мойдодыр»

Рассуждение с детьми о
грязнулях.

Таковыми наши детки ни
когда не станут, а
всегда будут следить
за своим внешним
видом и за чистотой
ручек, ножек, ротика,
и т.д.

Водные процедуры





Художественное творчество. Рисование с элементами аппликации. «Рано утром на рассвете умываются мышата, и котята, и утята, и жучки и паучки»

Физическая культура

Спорт-залог
здоровья!

Физическое
развитие ребенка,
играет большую роль в
развитии маленького
здорового организма.



29/МАРТ/2013



29/MART-2013



Работа с семьёй.



