

«Если хочешь быть здоров»

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



Задачи

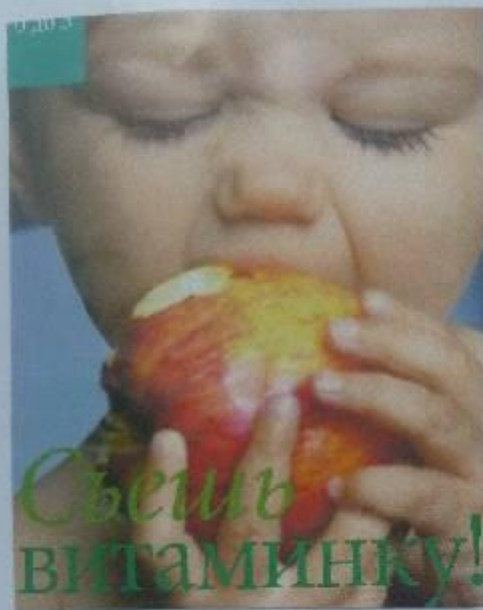
1. Познакомить детей с понятием витамины. Закрепить знание об овощах и фруктах, об их значении в питании.
 2. Познакомить детей с продуктами питания в которых много полезных веществ для развития ребенка.
 3. Обратить внимание детей на необходимость гигиенических процедур в жизни людей.
 4. Спорт- это 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 АПР 11 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	6-10%
Сахар	12-15%
Кислота	2-3%
Целлюлоза	0,8-1%

Клубника

Полезно	70-75%
Жирно	0,8-1%
Сахар	10-12%
Кислота	1-2%
Целлюлоза	0,2-0,3%



Сладкая
СВЕКЛА



ДЛЯ КРЕПКОГО ИММУНИТЕТА



содержит витамин С, который укрепляет иммунитет, а также витамин В, который улучшает обмен веществ.

Мясо Наилучшим источником белка является курица. В мясе также содержится витамин В, который улучшает обмен веществ.

Яйца В яичном белке содержится витамин В, который улучшает обмен веществ. Также в яйцах содержится витамин А, который улучшает зрение.

Масло Дожаренное масло содержит витамин А, который улучшает зрение.

витамины А, В, С и группы В — это основные витамины для роста и развития организма. Также в масле содержится витамин Е, который улучшает обмен веществ.

Свекла Красная свекла содержит витамин В, который улучшает обмен веществ. Также в свекле содержится витамин А, который улучшает зрение.

Каруца Сушеная каруца содержит витамин В, который улучшает обмен веществ. Также в каруце содержится витамин А, который улучшает зрение.

Орехи Орехи содержат витамин Е, который улучшает обмен веществ. Также в орехах содержится витамин А, который улучшает зрение.

Мандарин Мандарины содержат витамин С, который укрепляет иммунитет. Также в мандаринах содержится витамин А, который улучшает зрение.

Киви Киви содержит витамин С, который укрепляет иммунитет. Также в киви содержится витамин А, который улучшает зрение.

Калина Шелуха калины содержит витамин С, который укрепляет иммунитет. Также в калине содержится витамин А, который улучшает зрение.

Хурма Хурма содержит витамин А, который улучшает зрение. Также в хурме содержится витамин С, который укрепляет иммунитет.



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



29.04.2018



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.



