

Уважаемые родители!

В период с 1 февраля по 14 февраля
мы будем изучать
тему «Я вырасту здоровым!»

Содержание работы по данной теме:

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека. Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употребления в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Знакомить с понятием «здоровье» и «болезнь». Формировать представление о здоровом образе жизни; о занятиях утренней гимнастикой и занятиях физкультурой. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.



Приглашаем Вас принять участие в освоении детьми содержания данной темы:

- Закрепите умения пользоваться мылом, правильно вытирать руки, чистить зубы по утрам.
- Проводите с детьми в домашних условиях закаливающие процедуры и утреннюю гимнастику, регулярные прогулки на свежем воздухе.
- Приучать детей содержать свою комнату и игровые уголки в порядке и чистоте.
- Почитайте с ребенком М. Газиев "Утром", Р. Сеф "Мыло", К. И. Чуковский "Мойдодыр" и побеседовать о значении гигиенических навыков для здоровья.
- Знакомить ребенка с пословицами и поговорками о здоровом образе жизни.
- Посмотрите с ребенком мультфильм «Ох и Ах», проведите беседу попросмотренным мультфильмам.
- Обсудить с детьми опасные ситуации, которые могут привести к потере здоровья.
- Совместно с ребенком приготовить витаминный ужин (закреплять представление о полезных продуктах, побеседовать о здоровом образе жизни).

Здоровей-ка.

Хорошо здоровым быть!

Соков надо больше пить!

Гамбургер забросить в урну,

И купаться в речке бурной!

Закаляться, обливаться,

Спортом разным заниматься!

Т. С. Рулинская.