

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 36 «Улыбка»

**ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
УДЕЛЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Выполнила: Антипова Евгения

Рашитовна, воспитатель

Межуреченский МО
2025



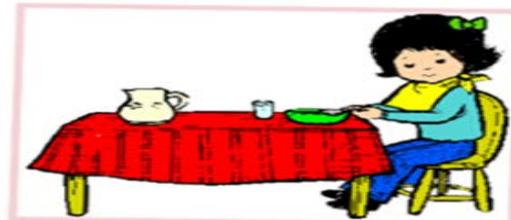
ЗДОРОВЬЕ



Режим дня



Утро



День



Вечер



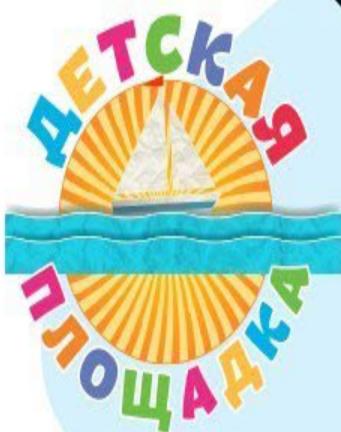
Выходные дни



утренняя гимнастика



ВЕСЁЛАЯ ЗАРЯДКА



Гимнастика после сна







Здоровое питание - здоровый ребенок. А здоровый ребенок в семье это самое важное для родителей.









Полоскание рта и горла после приема пищи.

Хорошим средством закаливания полости рта и носоглотки является систематическое их *полоскание водой комнатной температуры*.

Удобнее всего проводить эту процедуру *утром после сна и перед ночным сном*.

Приучать детей полоскать рот можно с *2 — 3 лет*, с *4 — 5 лет* они могут полоскать и горло.

На полоскание затрачивают 1/2—1/3 стакана воды.

Опыт показывает, что эта процедура — эффективное средство предупреждения ангин, тонзиллитов, аденоидов.





Личная гигиена

Гигиена жилища



Гигиена кожи



Гигиена питания



Гигиена одежды



Гигиена воды



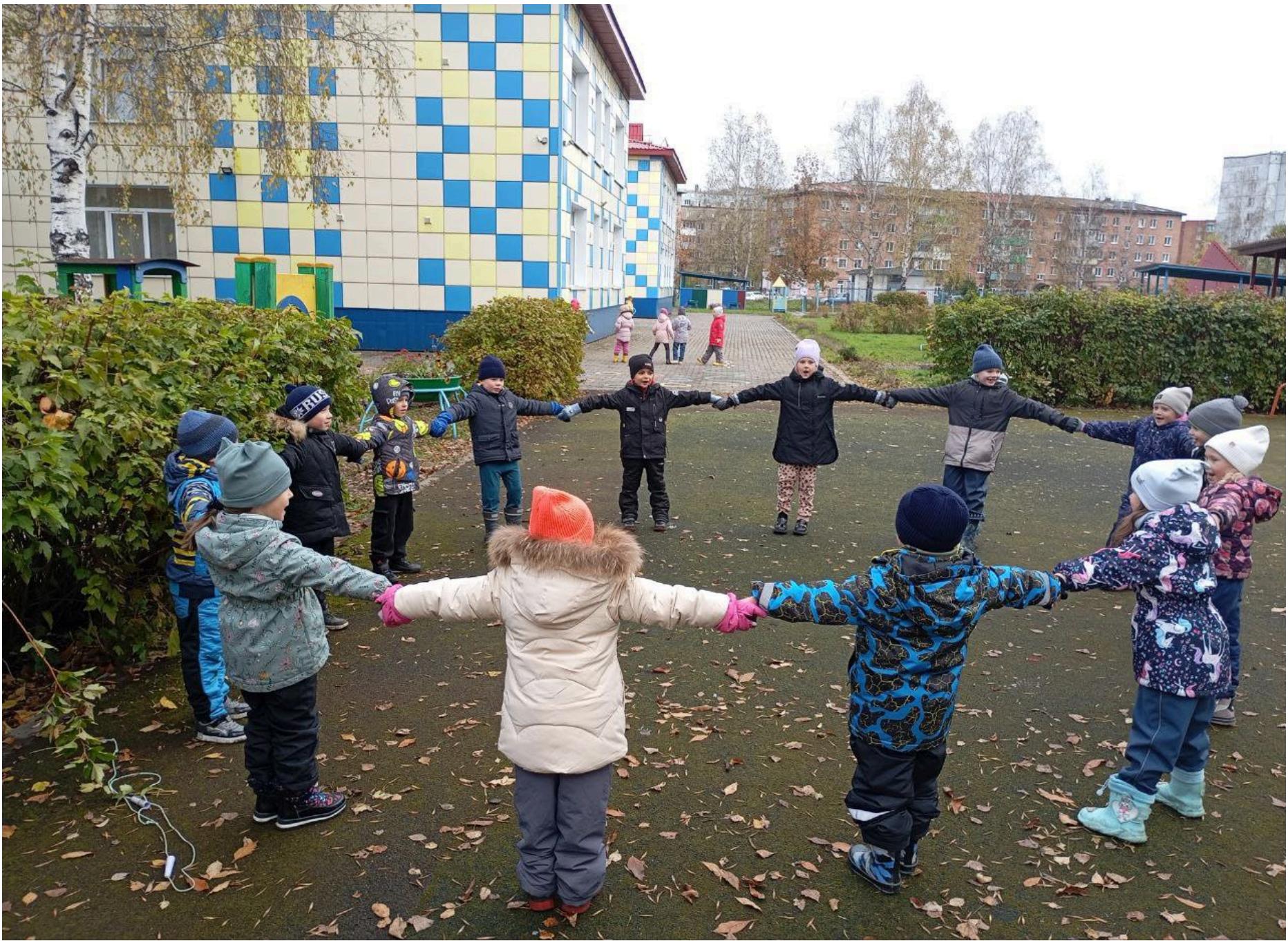






Осень в детском саду







Мы вместе - в этом наша сила!





«Спорт – это сила и здоровье»







СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ