

# ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК – УСПЕШНЫЙ РЕБЕНОК

- ✘ Использование в комплексе здоровьесберегающих технологий формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, учит наслаждаться движениями, создает веселое настроение, эмоциональный подъем смех и радость, что способствует общему оздоровлению.



✘





### «ВКУСНЯШКИ»

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья и долголетия.

Задания предполагают разные формы взаимодействия детей и взрослых (игры, тренинги, занятия, беседы) и направлены на формирование основ экологической культуры, ценностей здорового образа жизни.

Система работы с данным пособием удобна, а занятия способствуют укреплению физического и психического здоровья детей.

Предлагаемый материал может найти широкое применение в практике работы различных образовательных учреждений: как массовых детских садов, так и коррекционных учреждений.

Система занятий ориентирована на потенциальную социально-психологическую, интеллектуальную подготовку ребенка. Рассчитана на весь старший дошкольный возраст.

Постановка игровой задачи, использование имитаций и образных сравнений, общение с игровыми персонажами, настрой на самостоятельную игру способствуют развитию у детей интереса к двигательной активности и позволяют педагогу построить образовательный процесс по принципу интеграции нескольких образовательных областей в соответствии с ФГОС.

О.А. Третьякова

Е.Г. Савинова



# Бутерброды на завтрак

Chef-daw



хлеб



плавленный сыр



салами



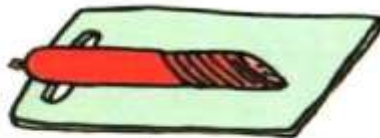
листья салата



нарезать



намазать



порезать



положить



добавить



готово

# Оладьи из морковки

Chef-daw



морковь



мука



молоко



сахар



яйцо



сливочное  
масло



смешать



натереть



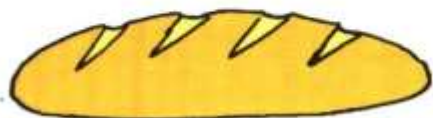
обжарить



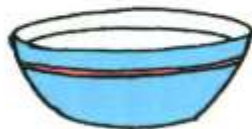
готово

# Сладкие хлебцы

Chef-daw



хлеб



МОЛОКО



сахар



нарезать



окупнуть



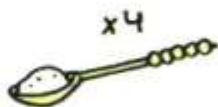
посыпать  
и запечь

# Сырники

Chef-daw



Творог



Сахар



Мука



яйцо



Соль



Смешать



Вылепить



Мука

Обвалять



Обжарить

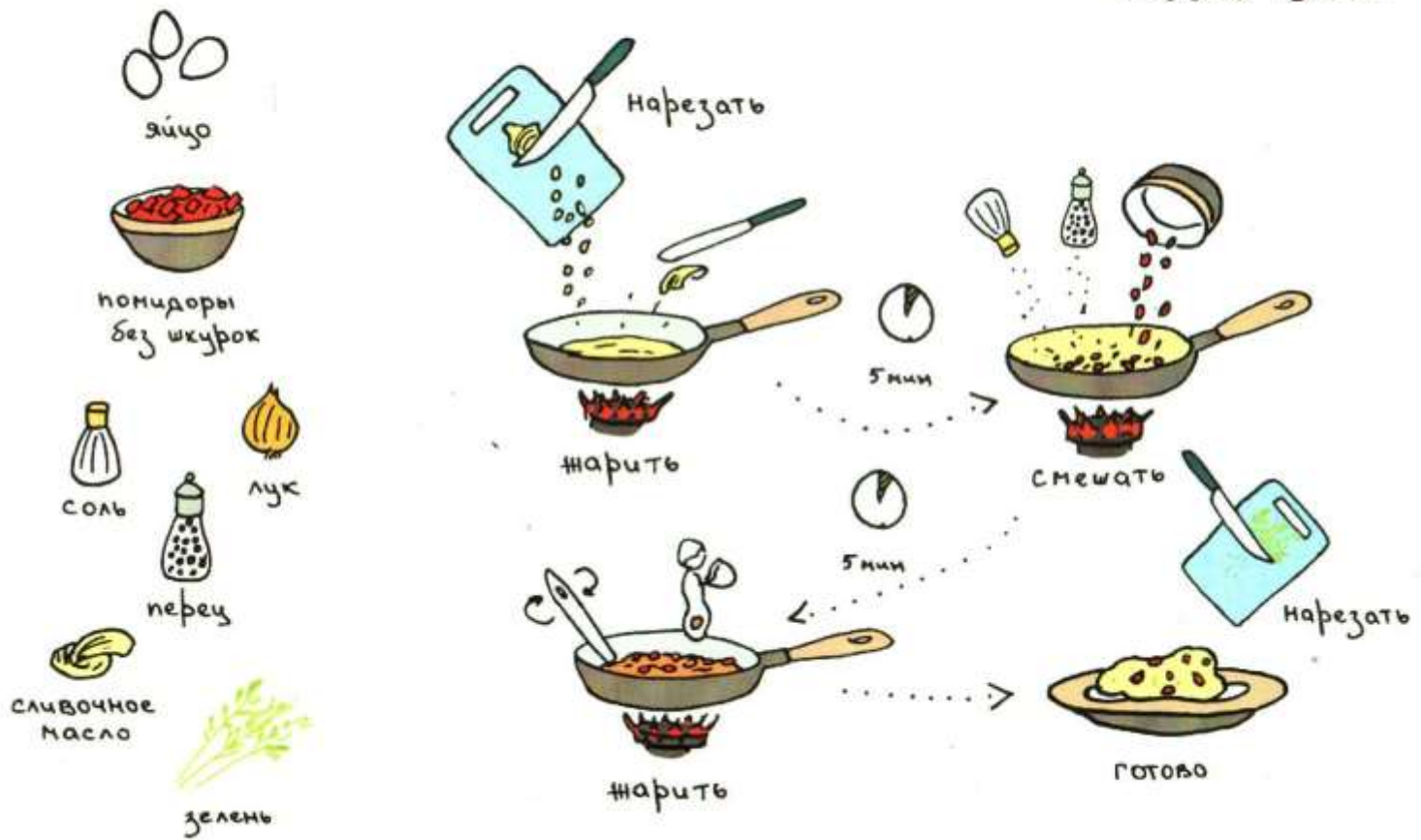


Готово



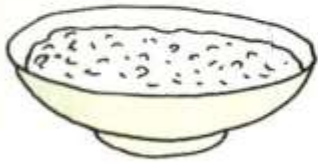
# Яичница с помидорами

Chef-daw



# Творог с вареньем и орехами

Kid's



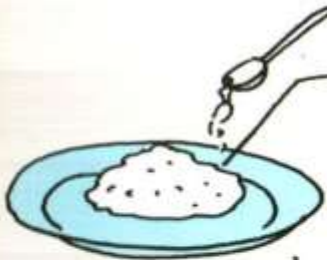
ТВОРОГ



ОРЕХИ



ВАРЕНЬЕ



ТВОРОГ

НАСЫПАТЬ



ВАРЕНЬЕ

2 ЛОЖКИ

НАЛИТЬ



ОРЕХИ

ПОСЫПАТЬ



ГОТОВО

Chef-daw

# Салат из красной рыбы

Chef-daw



соленая  
красная  
рыба



кислое  
яблоко



лук



перец



порезать все



смешать



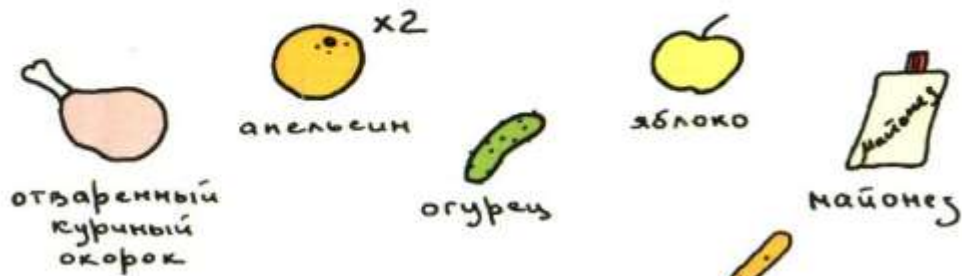
30 мин



ГОТОВО



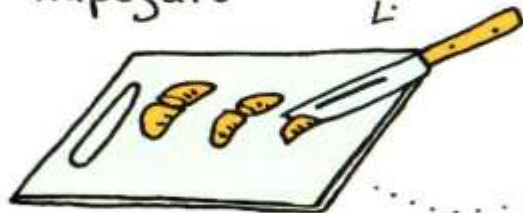
# Салат с апельсинами



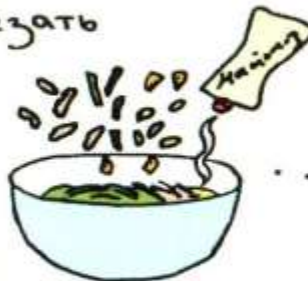
нарезать



порезать



разрезать

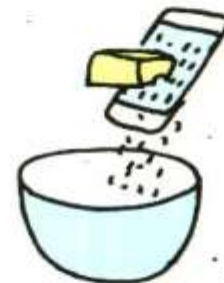


смешать

# Chef-daw



сыр



натереть



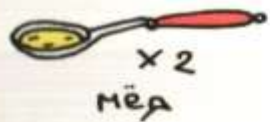
30 мин



ГОТОВО



# Облепиховый чай



# Chef-daw



Коктейль из моркови, апельсина и нектарина

Chef-daw



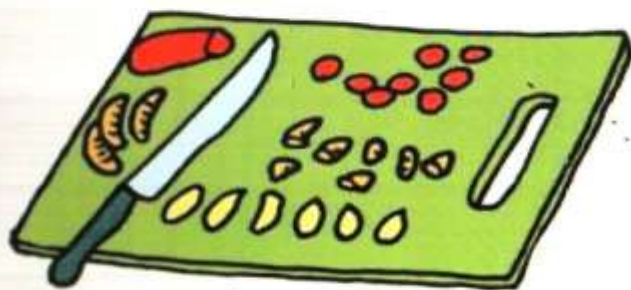
морковь



апельсин



нектарин



порезать



измельчить



готово



Здоровый ребенок -  
успешный ребенок





