

Презентация на тему:
«Здоровый образ жизни для
ДОШКОЛЬНИКОВ»

Выполнили воспитатели
группы №6
Ахрицько М.А
Журавлёва С.А

Здоровый образ жизни.



- **Всем известно и понятно,**
- **Что здоровым быть приятно.**
- **Только надо знать,**
- **Как здоровым стать!**

Основные составляющие здорового образа жизни



Растем здоровыми!

- Тот, кто с солнышком встаёт,
- Делает зарядку,
- Чистит зубы по утрам
- И играет в прятки, —
- Тот спортивный человек,
- И вполне весёлый.
- Постарайся быть таким
- В школе или дома.



Здоровье в порядке! Спасибо зарядке!

- Утренняя зарядка
- Раз, два, три, четыре, пять –
- Начинаем мы вставать.
- Ну-ка, быстро – не ленись,
- На зарядку становись!
- Раз, два, три, четыре –
- Руки выше! Ноги шире!
- И наклон туда – сюда,
- Как по горочке вода!



Выполний закон простой: Руки мой перед едой!

- Тра-та-та, тра-та-та,
- Где там прячется вода?
- Выходи, водица,
- Мы хотим умыться.
- Каждый день я мою мыло
- Кипяченою водой.
- Мойся, мыло, не ленись,
- Не выскальзывай, не злись!
- Вот оно и не упало,
- Нам не мыть его сначала!
- Ах, опять оно упало,
- Будем мыть его сначала!



Умываемся

- Надо, надо умываться !
- По утрам и вечерам !
- А нечистым трубочистам-
- Стыд и срам!
- Стыд и срам!



Где моя большая ложка?!

- Вот и полдник подошел,
- Сели дети все за стол.
- Чтобы не было беды,
- Вспомним правила еды:
- Наши ноги не стучат,
- Наши язычки молчат.
- За обедом не сори,
- Насорил — так убери.



На прогулку выходим

- Свежий воздух малышам
- Нужен и полезен!
- Очень весело гулять нам!
- И никаких болезней!...



Чистим зубки

- У меня зубная щетка
- Она чистит зубы четко
- Раз за разом веселей
- Мои зубы все белей



Зарядка после сна

- Мы проснулись, улыбнулись,
- Посильнее потянулись.
- Первый разик на спине,
- А потом на животе.
- На бочок перевернулись,
- И ещё раз потянулись.
- Ноги вверх мы поднимаем
- И тихонько опускаем.
- А теперь пришла пора
- Дружно встать нам, детвора!



Мы со спортом дружим

- Надо спортом заниматься,
- Надо – надо закаляться!
- Надо первым быть во всем,
- Нам морозы нипочем!
- Обруч, кубики помогут
- Гибкость нам развить немного
- Будем чаще наклоняться
- Приседать и нагибаться.



Поиграем в доктора

- Любит делать доктор Лола
- Всем прививки и уколы,
- И, велев "А-а!" пропеть,
- Горло палочкой смотреть,
- Ставить градусник под мышку,
- Слушать трубочкой одышку,
- И в особую тетрадь
- Все подробности писать.
- И мальчишкам, и девчонкам
- Мазать ссадины зеленкой,
- Руки-ноги бинтовать
- И рецепты штамповать.



Где же наши ушки?

- Ушки-подружки
- Всё слышать хотят.
- Ушки-подружки
- Просят ребят:
 - – Мой нас почаще,
 - С водою сдружись.
- Ушки-подружки
- Мыть не ленись!



Мы за здоровый образ жизни!

