

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад № 92»

БУДУТЬ ЗДОРОВ!



Автор:
Симанова Т.Н.
воспитатель высшей кв.
категории



Что означает говорить друг другу ЗДРАВСТВУЙ ?

*это, значит, желать здоровья
здоровье человека –
это главная ценность в жизни
Здоровье не купишь за деньги!*





Что такое здоровый образ жизни?

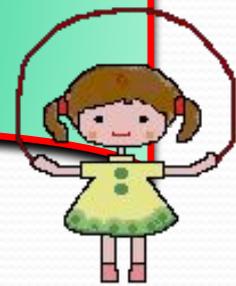


*это соблюдение всех
правил и норм для
поддержания хорошего
здоровья !*





Давайте поиграем –
отвечайте дружно хором
«ЭТО Я, ЭТО Я, ЭТО ВСЕ МОИ ДРУЗЬЯ!»
если вы со мной согласны.
Если это не про вас,
то молчите, не шумите!



- ❖ кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?
- ❖ кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым?
- ❖ кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?
- ❖ кто мороза не боится, на коньках летит, как птица?
- ❖ ну а кто начнет обед жвачкой с парюю конфет? –
- ❖ кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны?
- ❖ кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки?
- ❖ кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? –
- ❖ кто, согласно распорядку, выполняет физзарядку?
- ❖ кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать?





ЧТОБЫ БЫТЬ ВСЕГДА
ЗДОРОВЫМ,
ОЧЕНЬ БОДРЫМ И ВЕСЕЛЫМ,
ДЕНЬ С НЕЕ ТЫ НАЧИНАЙ -
ГИГИЕНУ СОБЛЮДАЙ !





Правила личной гигиены



- ✓ Умывайтесь утром и вечером
- ✓ Чистите зубы **2** раза в день, не менее **3** минут
- ✓ Ваша зубная щетка не должна быть слишком мягкой
- ✓ Всегда мойте руки перед едой, после прогулки и туалета
- ✓ Имейте всегда чистый носовой платок
- ✓ Ежедневно расчесывайте волосы
- ✓ Подстригайте вовремя ногти
- ✓ Для еды пользуйтесь только своей посудой, не берите грязных тарелок, ложек, чашек
- ✓ Следите за чистотой своей одежды, обуви
- ✓ Не ходите в одной и той же обуви на улице, в детском саду и дома
- ✓ Дома носите мягкую домашнюю обувь
- ✓ Помогайте родным в домашней уборке



Соблюдайте режим дня!





А ВЫ ВСЕ УМЫВАЕТЕСЬ?
И ПРАВИЛА ВСЕ
ЗНАЕТЕ?

КУЛЬТУРУ, ГИГИЕНУ
КТО ЛЮБИТ
СОБЛЮДАТЬ?

ПРОВЕРИМ ВАШИ
ЗНАНИЯ

УМЫВАЙТЕСЬ, СТОИТЕ
ВЕСЕЛЫЕ ЗАГАДКИ
ПРОШУ ВАС РАЗГАДАТЬ





Лёг в карман и караулю:
Рёву, плаксу и грязнулю
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос





**Гладко и душисто, моет
очень чисто.
Нужно, чтоб у каждого
было - Что, ребята?**



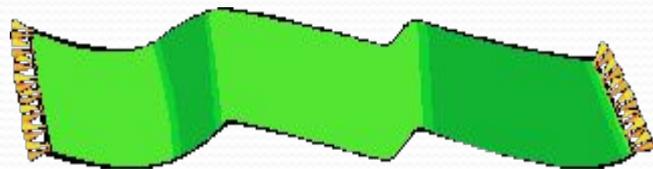


На себя я труд беру:
Пятки, локти
с мылом тру,
И коленки оттираю,
Ничего не забываю





Вытираю я, стараюсь
После бани паренька
Всё намокло, всё измялось -
Нет сухого уголка





Хожу-брожу не по
лесам,
А по усам, по волосам
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и
медведей





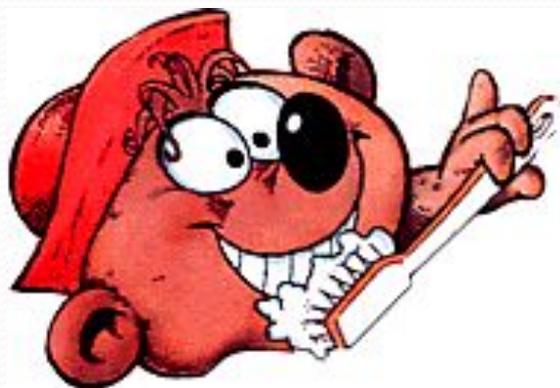
Вроде ежика на вид,
Но не просит пици
По одежде пробежит,
И та станет чище





Кто считает зубы
нам
По утрам и

В



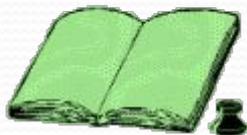


О здоровье народ сочинил много пословиц и поговорок? Сейчас я буду зачитывать начало пословицы, а вам нужно будет ее продолжить

Чистота – залог
...(здоровья)

Здоровье в порядке
– спасибо
-...(зарядке)

Кто аккуратен,
тот людям
...(приятен)



**В здоровом
теле –
здоровый
... (дух)**

**Чистота –
лучшая
...(красота)**



ВОТ ВОПРОС СОВСЕМ ПРОСТОЙ:
МОЮТ ИХ ПЕРЕД ЕДОЙ!
ОЧЕНЬ ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ
ВСЕМ РЕБЯТАМ И ТЕБЕ:
ЧАЩЕ НУЖНО ПОДСТРИГАТЬ
И ДЕРЖАТЬ ИХ В ЧИСТОТЕ!
ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ПРАВИЛО
СОБЛЮДАТЬ НЕ ЗАБЫВАЙ:
ЕГО ТЫ ПРИ ЧИХАНИИ
ПЛАТОЧКОМ ПРИКРЫВАЙ!
ЧТОБ ОНИ ВСЕГДА БЛЕСТЕЛИ,
НИКОГДА, ЧТОБ НЕ БОЛЕЛИ,
БУДЕТ ПУСТЬ ТЕБЕ НЕ ЛЕНЬ
ЧИСТИТЬ ИХ ДВА РАЗА В ДЕНЬ!
ТАК ЗАПОМНИТЕ РЕБЯТА:
РЕГУЛЯРНО МЫТЬСЯ НАДО
И ВОДИЧКОЙ ОБЛИВАТЬСЯ,
ЧТОБ РАСТИ И
ЗАКАЛЯТЬСЯ!!!



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ**

