

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №1 «Берёзка»



«Здорово быть здоровым»

Воспитатель: Лысова Галина Юрьевна



МЫ ЗА ЗОЖ!



Здоровье – это самое дорогое, самый драгоценный дар, который получит человек от природы!

**ЗДОРОВЬЕ - ЭТО
ЗДОРОВО!!!**



Здоровье бесценно – оно на года.
Каким оно будет – зависит от тебя!

Уважаемые мамы и папы!

Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми, помогите им сохранить своё здоровье. Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом стали неотъемлемой частью совместного досуга.

*Здоровый дошкольник, сегодня -
здоровая нация в будущем!*



**ЗДОРОВЬЕ - ЭТО
БУДУЩЕЕ!!!**

МБДОУ детский сад
№29 «Солнышки»

**ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ -
В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ!**



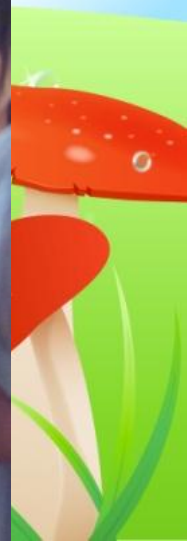
Подготовила
старший воспитатель
Замощникова Н.В.

Ст. Егорлыкский, 2016 год.

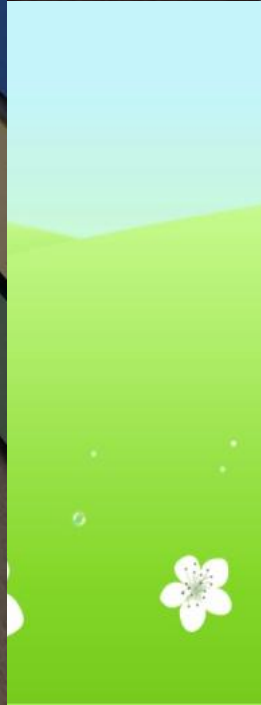
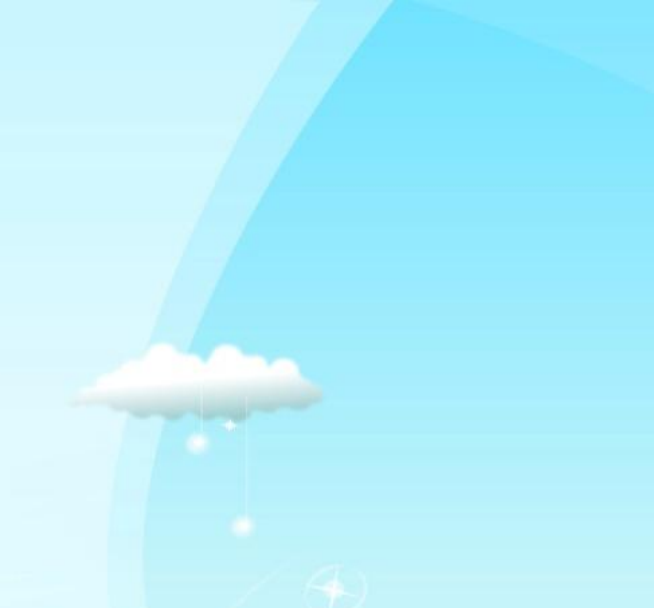
Вам друзья, хочу признаться.
Что люблю я по утрам физзарядкой заниматься,
Что советую и вам. Всем зарядку делать надо,
Много пользы от нее .А здоровье вот награда.
За усердие твое!



Ребятам мой совет такой. Чисти зубки по утрам, руки мой!!! О
врачах тогда забудешь и здоровеньким ты будешь!







Если хочешь быть здоровым. Правильно питайся. Ешь побольше витаминов. С болезнями не знайся!





Прогулка- одно из основных оздоровительных мероприятий, предупреждающая охрану и здоровье детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей.



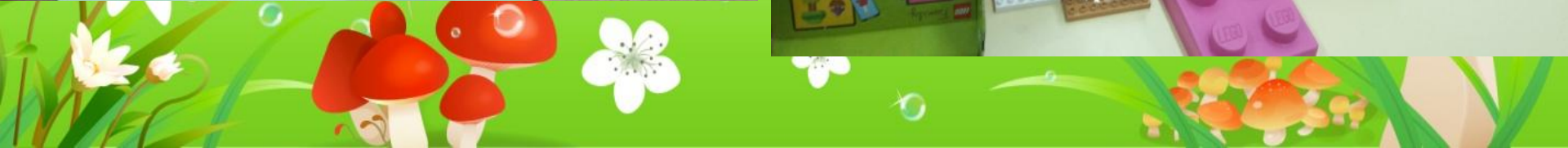




Сон-это одна из важнейших составляющих здоровья человека, а в особенности дошкольника. При недостатке сна нарушается рост и развитие ребёнка, нехватке, так называемого, «быстрого сна» страдает способность к обучению и его успешность.











Закаляя детей дошкольного возраста, мы ставим перед собой следующие конкретные задачи:

- повысить стойкость детского организма в борьбе с заболеваниями;
- приучить детей чувствовать себя хорошо в различных меняющихся условиях (в помещении и на воздухе);
- воспитывать у детей потребность в свежем воздухе;
- приучить их не бояться холодной воды и других факторов закаливания, применяемых в повседневной жизни.



red-korushka.ru

**Здоровье
свыше нам дано,
Будем мы беречь его**