



**«Неделя здоровья»
в старшей группе №8**

Подготовила воспитатель первой
квалификационной категории
Вендикова Ирина Владимировна
МБДОУ №105 2016 год

Растем здоровыми. Здоровый образ жизни

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



Делай зарядку

Даже в плотном распорядке Место быть должно зарядке.
Без неё любой малыш
Станет слабеньким как мышь.



ПО УТРАМ ТЫ УМЫВАЙСЯ

По утрам ты
умывайся,
Водой холодной
обливайся.
Будешь ты
всегда здоров.
Тут не нужно
лишних слов.



Советы зубной феи

Чистим зубы дважды в
сутки,
Чистим долго: три
минутки,
Щеткой чистой, не
лохматой,
Пастой вкусной,
ароматной.
Чистим щеткой вверх и
вниз –
Ну, микробы, берегись!



Чтобы ушки слышали

Ушки-подружки
Всё слышать
хотят.

Ушки-подружки
Просят ребят:

– Мой нас
почаще,
С водою
сдружись.

Ушки-подружки
Мыть не ленись!



Содержать уши в чистоте.

Не ковыряйте в
ушах спичками,
булавками и
другими острыми
предметами. Так
можно повредить
уши и потерять
слух.



**МОЙТЕ РУКИ И
ПЛОДЫ,
ЧТОБЫ НЕ БЫЛО
БЕДЫ!**

Во дворе
играл в песок,
Рядом ямку
рыл щенок.
Дома нужно
очень быстро
Вымыть ручки
чисто-чисто.



Правильно пита́йся

Надо кушать много
каши,

Пить кефир и
простоквашу,

И не забывай про
супчик,

Будешь ты здоров,
голубчик!

Фрукты, овощи на
завтрак

Очень детям
нравятся.

От здорового
питания

Щёчки аж
румянятся

Правильно пита́йся!



*«Прежде чем за стол мне сесть,
Я подумаю, что съесть»*



Помни малыш!

Помни: вреден
телевизор,

Если глаз к экрану
близок.

И, конечно, вредно
глазу,

Если смотришь много
сразу.

Знают взрослые и дети
Что читают лишь при

свете,

В темноте нельзя

читать-

Зрение будет уставать.



На прогулку выйди, свежим воздухом дыши.

Нужно чаще малышам
Свежим воздухом дышать!

День весь дома не сиди,
На прогулку выходи! Не ходи зимой раздетым,
И не парься в шубе летом.

Одевайся не по моде –
Одевайся по погоде
И болеть тебе тогда
Не придется никогда!

Нужно мозгу для работы
Очень много кислорода.
Если в помещенье душно,
То его проветрить нужно



Трудолюбивая вода

Время ванну
принимать:
Ждет водичка, не
дождется,
Поработать ей
придется,
Ручки, ножки отмывать.

Спинку вымыть с
мылом - братцем
И с мочалкою сестрой,
Нелегко воде порой,
Если ей не
подчиняться.

Обижается водица -
Грязь не украшает
лица.

Кто красивым хочет



