



ПРЕЗЕНТАЦИЮ ПОДГОТОВИЛА ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ГБДОУ  
ДЕТСКИЙ САД

№ 24 КАПИЦИНСКОГО РАЙОНА Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.



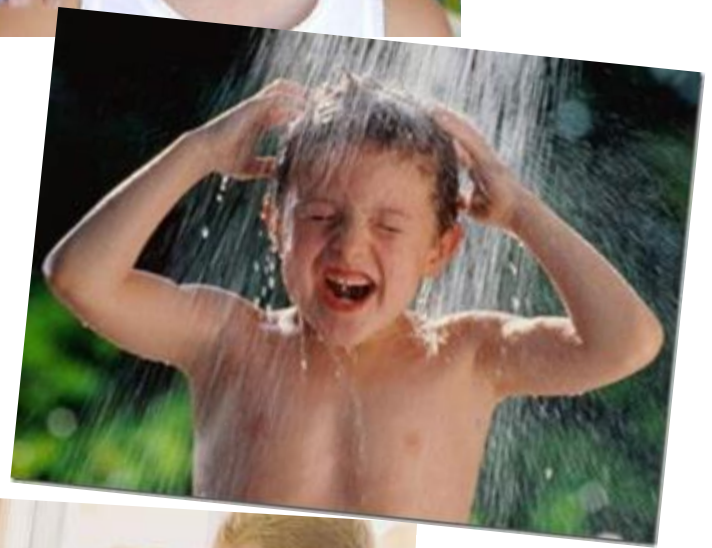
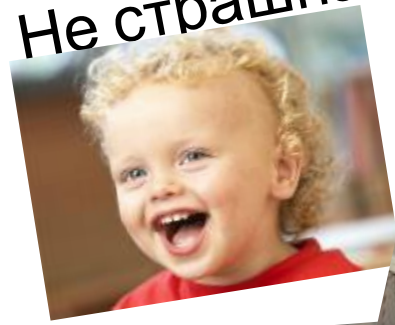
Запомните

Следует, ребята, знать  
Нужно всем подольше  
спать.  
Ну а утром не лениться—  
порядку становиться!

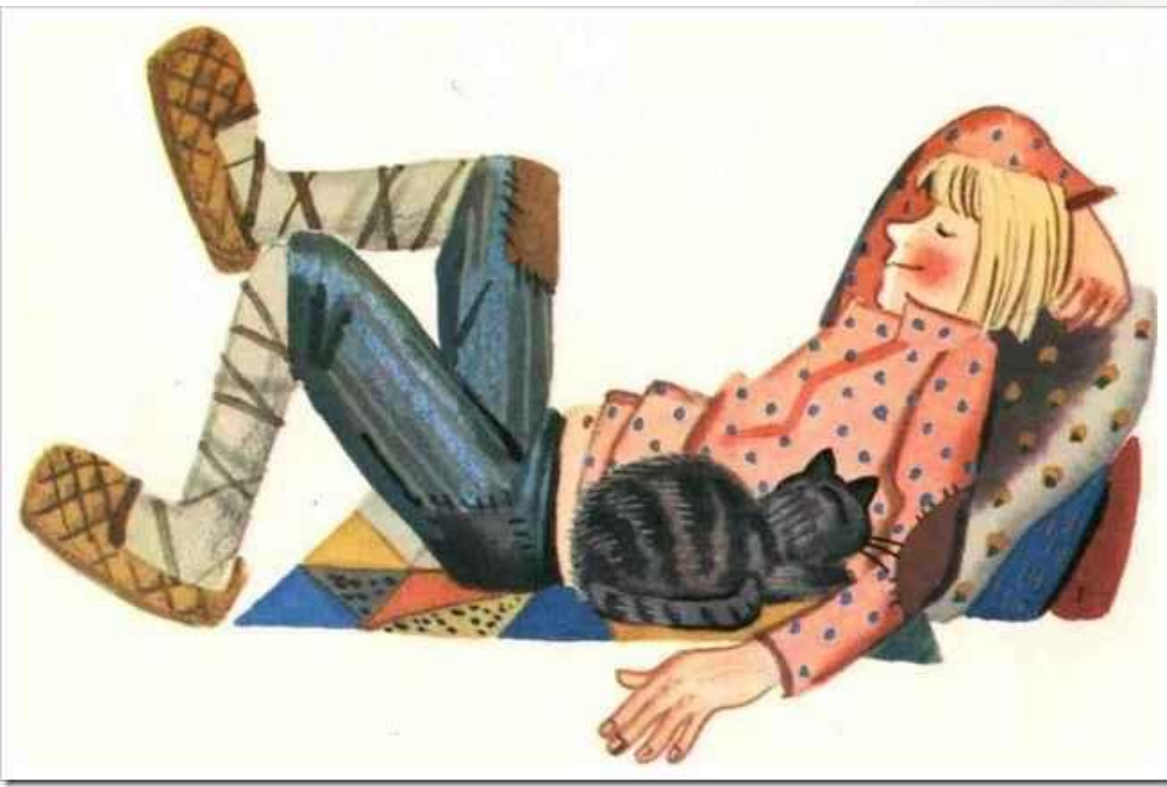




Чистить зубы,  
умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе



У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый  
день.





Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в  
рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.





Кушать овощи и  
фрукты,  
Рыбу,  
молокопродукты-  
это полезная еда,  
которой мы полны!

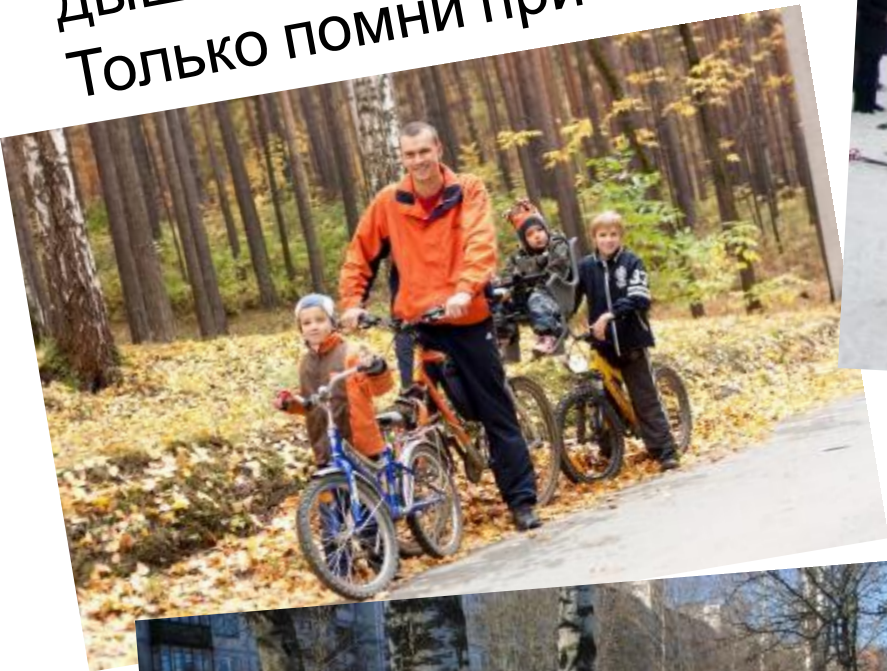


А конфеты  
«Фанта»  
Торт, попк  
бутербро,





На прогулку выходи,  
Свежим воздухом  
дыши.  
Только помни при



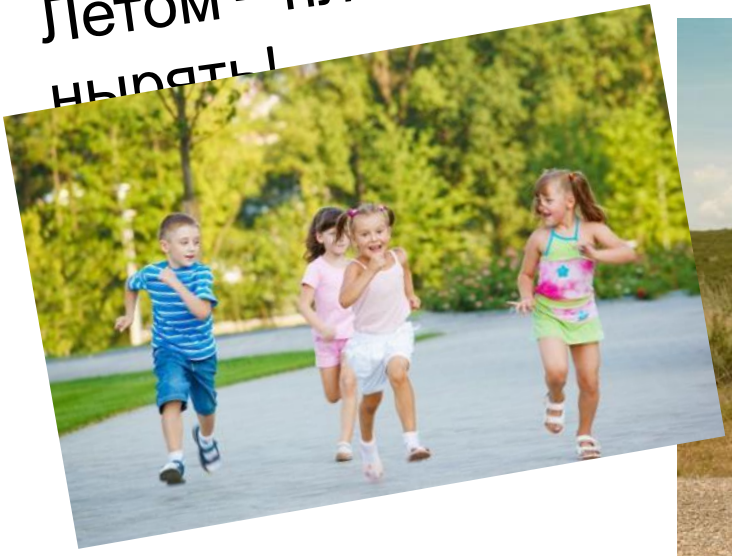


И с родными на рыбалку  
За грибами и в поход!  
Знай, что при таком  
подходе здоровье ждет!





А еще полезно бегать,  
Прыгать, лазать, в мяч  
играть!  
И на роликах кататься,  
Летом – плавать и  
нырять!



RD3APT © 2011



Ну, а если уж  
случилось:  
Разболеться  
получилось,  
Знай, к врачу тебе





Вот те добрые советы,  
В них и спрятаны  
секреты,  
Как здоровье сохранить.  
Его ценить!

