

**Мы за здоровый образ жизни!!!**

*Выполнила: педагог д/о МБУДО  
ЦРТДиЮ РС(Я) г. Нерюнгри  
Кучина Юлия Александровна*

# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ - ЭТО





# Правильное питание



# Дидактическая игра «Полезная и вредная еда»

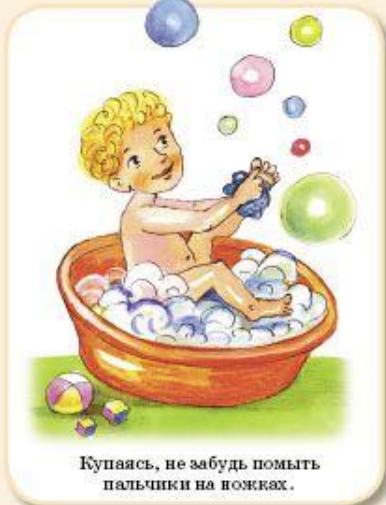
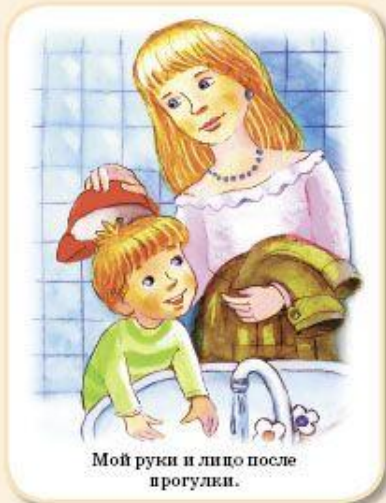
Веселый зубик



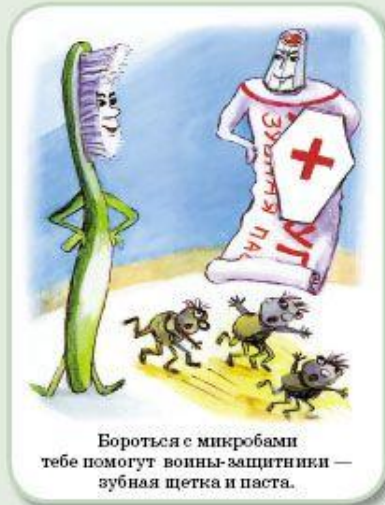
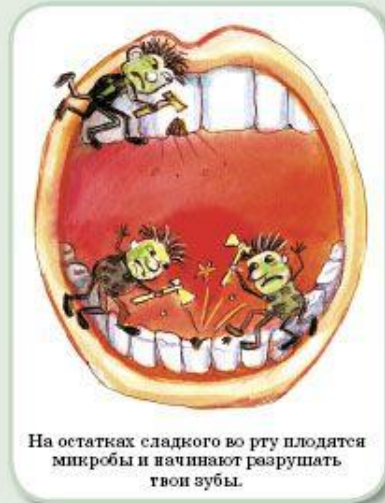
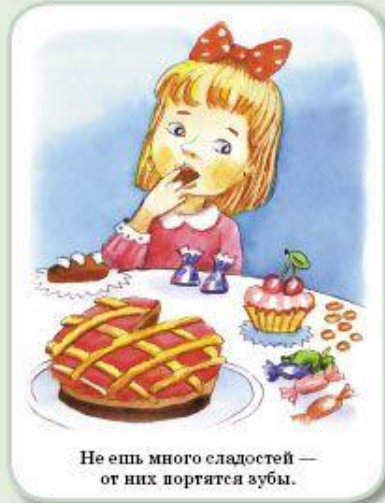


# Гигиена-это уход за своим телом и содержание его в чистоте

## ЧИСТОТА ТЕЛА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



## ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАЙ ЗА ЗУБАМИ



Гладко и душисто, моет  
Очень чисто.  
Нужно, чтобы у каждого было  
Что это ребята?

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



## Отгадай загадки

Я увидел свой портрет.  
Отошел- портрета нет.

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка,  
С мятной пастой дружит,  
Нам усердно служит.

Лег в карман и караюлю-  
Реву, плаксу и грязнулю.  
Им утру потоки слез,  
Не забуду и про нос.

Мы ей пользуемся часто,  
Хоть она, как волк, зубаста.  
Ей не хочется кусать,  
Ей бы зубки почесать.



Режим

дошкольного

ребенка

возраста



УТРО ДЕНЬ



ВЕЧЕР



НОЧЬ



marashata.ru

welcome





# Викторина

## «Азбука здоровья»

- Что такое ЗОЖ? /здоровый образ жизни/
- Какие правила нужно соблюдать, чтобы быть здоровым?  
/заниматься спортом, правильно питаться, следить за гигиеной своего тела, закаляться/
- Что такое гигиена? /уход за своим телом и содержание его в чистоте/
- Что нужно делать по утрам, чтобы быть здоровым?  
/зарядку/
- Какие правила нужно соблюдать, чтобы было хорошее зрение?/не садиться близко с телевизором, не сидеть долго в телефоне, планшете, за компьютером/
- Какие правила нужно соблюдать, чтобы были здоровые зубы?/чистить зубы утром и вечером/



# МОЛОДЦЫ!!!

## Используемые интернет-источники:

[http://mdou-63.ucoz.ru/index/zdorovyj\\_obraz\\_zhizni/0-130](http://mdou-63.ucoz.ru/index/zdorovyj_obraz_zhizni/0-130)

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fppt-online.>

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fddu-koptevka.schools.by>

<https://ppt-online.org/302946>

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Finfourok.ru%2Ffigra-schastliviy-sluchay-mi-za-zdoroviy-obraz-zhizni>

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Finfourok.ru%2Fprezentaciya-po-okruzhayuschemu-miru-na-temu-zdorovoe-pitanie-pochemu-bolyat-zubi-klass>

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fpresent5.com%2Fdetskaya-obrazovatel'naya-programma-po-gigiyene-polosti-rta-oslepitel'naya>

[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pravda.ru%2Fnews%2Fhealth%2F1457769-detskoe\\_pitanie](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pravda.ru%2Fnews%2Fhealth%2F1457769-detskoe_pitanie)

<https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2F100dietnet41.weebly.com%2Fblog%2Fassortiment-dieticheskikh-kislomolochnykh-produktov>

<https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fmamrabota.ru%2Frazvitie-i-vospitanie-detej%2Fzagad%ki-pro-ovoshhi-i-frukty.>

[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fbarometr.info%2Farchives%2F15419&psig=AOvVaw134fUa1x4Ge\\_ty71CFZv4F&ust=1581597819164000&source=images](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fbarometr.info%2Farchives%2F15419&psig=AOvVaw134fUa1x4Ge_ty71CFZv4F&ust=1581597819164000&source=images)

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fbujinfo.am%2Fru%2Fmedical-news%2Fchipsy-vtangavor>

[https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fdetsad16crr.ucoz.ru%2Findex%2Fza\\_zdorovyj\\_obraz\\_zhizni](https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fdetsad16crr.ucoz.ru%2Findex%2Fza_zdorovyj_obraz_zhizni)