

A decorative border surrounds the page, featuring various sports equipment icons such as tennis rackets, soccer balls, basketballs, and American footballs, interspersed with small white dots on a light blue background.

«Мы за здоровый образ жизни»

**Старшая группа
МАДОУ №64 «Искорка»**

Выполнила:
воспитатель
Титова С.В.

Что же такое здоровый образ жизни?

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





**Рано утром каждый день
Умываться нам не лень
Зубы, волосы, ногти и уши
Почистим, помоем мы
и посушим
С мылом, расческой,
шампунем и пастой
Будешь ты чистым,
пушистым, гривастым.**



Каждое утро, приходя в детский сад, мы делаем зарядку.



Рано утром не ленись —
На зарядку становись!



**Постоянно нужно
есть
Для зубов для
наших
Фрукты, овощи,
омлет,
Творог,**



Если целый день
играть,
Можем даже мы
устать.
И тогда, спасая нас



Свежий воздух он полезный,
Чтоб ребёнок не был
бледный.
На прогулку каждый день
С группой выходить не лень.



Мы просто обожаем заниматься
физкультурой и играть в подвижные игры





Соблюдая все эти правила мы растём здоровыми и жизнерадостными детьми!

