

ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ВСЕЙ СЕМЬЁЙ!



**Костина Л.Е. – воспитатель
МБДОУ №20 г. Павлово**

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ на этапе завершения ДО

- ❖ *У ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими*



Данные НИИ гигиены и охраны здоровья детей, научного центра здоровья детей РАМН



Здоровье-



это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

/Устав Всемирной организации здравоохранения/

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». /В.А.Сухомлинский/

Составляющие здоровья



НАШ ДЕВИЗ

*«Юное тело своё закалять,
Больших добиваться высот.
Отвагу и волю в себе воспитать
Нам помогает спорт!»*



Зарядка

*Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна.
Для начала по порядку
Утром делаем зарядку!*



Укрепляем организм

*Мы физкультурой занимались,
Чтоб стал железным организм.*

И чтоб в здоровом теле

Мускулы твердели.

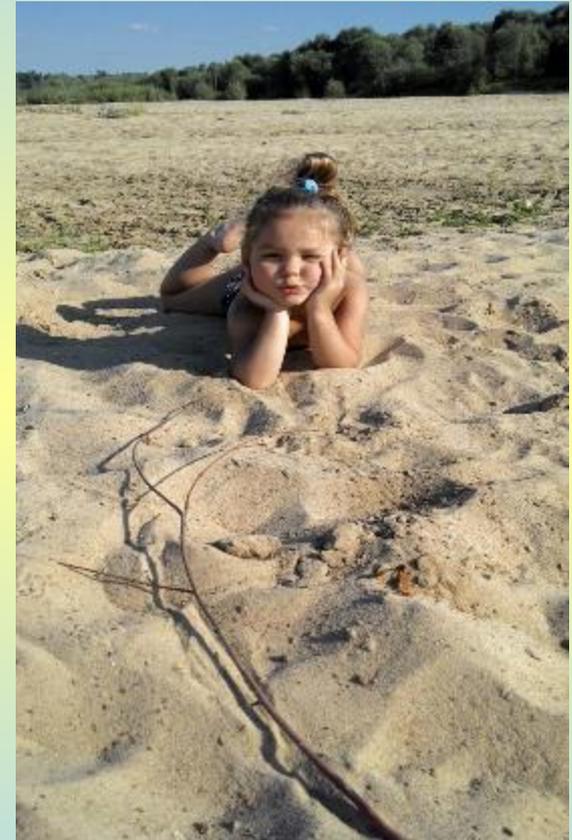


Солнце, воздух и вода помогают нам всегда!



Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

*Мы на солнце загорали,
Стали все, как шоколад.
Даже мамы еле-еле
Узнают
своих ребят.*



Правильно питайся!

*Всякий раз, когда едим,
О здоровье думаем:
«Мне не нужен жирный крем,
Лучше я морковку съем!»*



Правильно питайся!

*Вы не пейте газировку,
Ведь она вам вред несёт,
Лучше пейте молоко
И полезно и легко!*



*Суп мясной, и хлеб, и фрукты –
Натуральные продукты.
А вот чипсы, знай всегда,
Это вредная еда!*

Вот как мы умеем!

*Чтоб летать научиться
Нам качель пригодится.
И взлетим мы высоко,
Как кузнечики легко!*

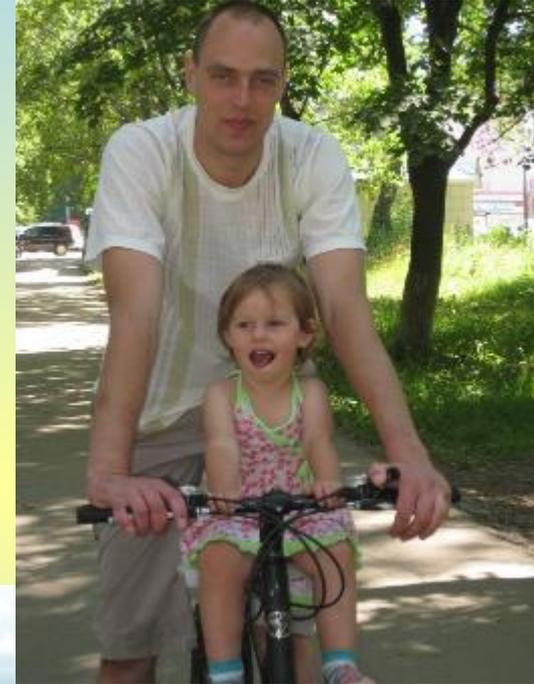


*Тренируюсь
каждый день.*

*Прыгать на батуте
мне совсем не лень!*

Вот как мы умеем!

*Этот конь не ест овса,
Вместо ног- два колеса.
Сядь верхом и мчись на нём
Только лучше правь рулём*



Вот как мы умеем!

*Есть ребята у меня
два серебряных коня*





*Я карабкаюсь вверх по отвесной скале,
Я рискую собой на большой высоте.
Я одна в вышине, в голубой синеве
Среди ветра, тумана и капель дождя.
Я цепляюсь за камни ногами скользят!*

Юная наездница

*Везёт нас лошадка,
Ни шатко, ни валко,
Ленивой лошадке
Мы крикнули: «Но-о!» –
Ни валко, ни шатко
Идёт всё равно.
Стегнуть бы кнутом бы
Лошадку, да – жалко...
Везёт нас лошадка,
Жуёт удила.
Ни валко, ни шатко.
Такие дела...*



Бег полезен и игра, занимайся, детвора!

Будем вместе мы играть:

Бегать, прыгать и скакать.

Чтобы было веселее

Кольцеброс возьмём

скорее!



Если хочешь быть здоров без врачей и докторов

*Эстафета нелегка,
жду команду
для рывка.*



Прогулка – с пользой!

*И без всякого сомненья
Есть хорошее решенье-
Труд полезен, детвора,
Труд и спорт, физкульт-ура!*

