

# Всё о здоровом теле

## ВСЁ О ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ



# Что такое здоровье?!

Здоровье – это не подарок, который человек получает один раз и на всю жизнь, а результат сознательного поведения каждого человека и всех в обществе.

(П. Фосс – нем. профессор – валеолог.)

Здоровое тело – продукт здорового рассудка. (Б. Шоу.)

Главное, от чего зависит физическое здоровье, – здоровье нравственное..., чтобы сохранить свое здоровье, думай о здоровье других. (Д.С. Лихачев.)

У нас не может быть другой национальной идеи кроме народосбережения. (А. И. Солженицын.)

Человек, двигаясь и при этом развиваясь, сам заводит часы своей жизни. (И. Аршавский)

Здоровье – это вершина, на которую человек должен подняться сам.

(И. Брехман -основатель валеологии.)



# В здоровом теле здоровый дух!

- Мы хотим воспитать ребенка *счастливого, здорового, умного*
- *Счастливый* ребенок любит жизнь, уверен в себе и легко общается.
- *Здоровый* ребенок физически развит, закален, правильно питается, умеет адаптироваться, реализует способности
- *Умный* ребенок образован, умеет учиться, хочет учиться, находится в условиях эмоционального комфорта
- В своей работе особое внимание уделяем формированию навыков здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме обогащаем представление детей о здоровье, об организме, его потребностях, об закаливании



– Чтобы быть всегда  
здоровым,  
Нужно бегать и  
скакать.  
Больше спортом  
заниматься,  
И здоровым не  
скучать.



# Современные здоровьесберегающие технологии

Чтоб здоровье  
раздобыть,  
Не надо далеко  
ходить.  
Нужно нам самим  
стараться,  
И всё будет  
получаться



# Закаливание в нашем детском саду





Я здоровье берегу –  
Тело в чистоте  
держу.  
Чтоб душа была  
здоровой,  
С физкультурой я  
дружу



- Нужно спину так держать,  
Чтобы ровненько  
стоять.  
Люди смотрят не  
дыша:  
Ох, осанка хороша!





Спасибо!



Будьте здоровы!

