

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №10 г. Лысково

Здоровый образ жизни в детском саду

Подготовила: воспитатель МБДОУ детский сад №10
Соснина Надежда Валентиновна



Здоровье ребёнка в наших руках!



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

КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



*Быть здоровым-это
модно!
Дружно, весело,
задорно
Становитесь на
зарядку
Организму подзарядку!*



Умываемся мы быстро,
Вытираемся мы чисто
Так опрятно,
аккуратно,
Всем смотреть на нас
приятно!



*Никогда не унываем
И улыбка на лице,
Потому что
принимаем
Витамины А, В, С*



*У меня есть друг
Он от 7 недуг
Это –вкусный и
полезный
Желто-золотистый лук.
Мы его сажали,*



*А потом и поливали,
Вырастили.
С аппетитом мы
едим
Большими вырасти
хотим*



*А однажды мы
решили на обед
Приготовить
винегрет*



*Взяли в руки мы ножи-
Очень острый они.
Режем свёклу, огурец
У нас каждый
молодец!*



*Вот как делали
салат,
Был работе
каждый рад*



*Очень вкусный
винегрет
Приготовили в обед*



*Чтоб успешно
развиваться,
Нужно спортом
заниматься
От занятий
физкультурой
Будет стройная
фигура*



Чтоб проворным стать
атлетом
Проведем мы эстафету
Будем прыгать, быстро,
дружно
Победит нам очень нужно



На прогулку выходи
Свежим воздухом дыши
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде



А мы ребята-ничего,
Ходим на школьный
стадион
На турнике
кувыркаемся,
Футболом занимаемся



*А развлечения на
улице у нас -
просто класс!*



Сон-важное условие
для здоровья,
бодрости и высокой
работоспособности
человека



*Оздоровительная
гимнастика после
сна*



Здоровье ребёнка в наших руках!



*Каждый твердо должен знать,
Здоровье надо сохранять.
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься,
Руки мыть перед едой,
Чистить зубы, закаляться
И всегда дружить с водой.
И тогда все люди в мире
Долго-долго будут жить
И помни: ведь здоровье
В магазине не купить.*