


«Здоровый образ жизни»



**ГБОУ Школа № 1552
(Здание № 7)**

Выполнила:

Капитанская Е.А.



Привитие основ ЗОЖ в детском саду

Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться

И всегда дружить с водой

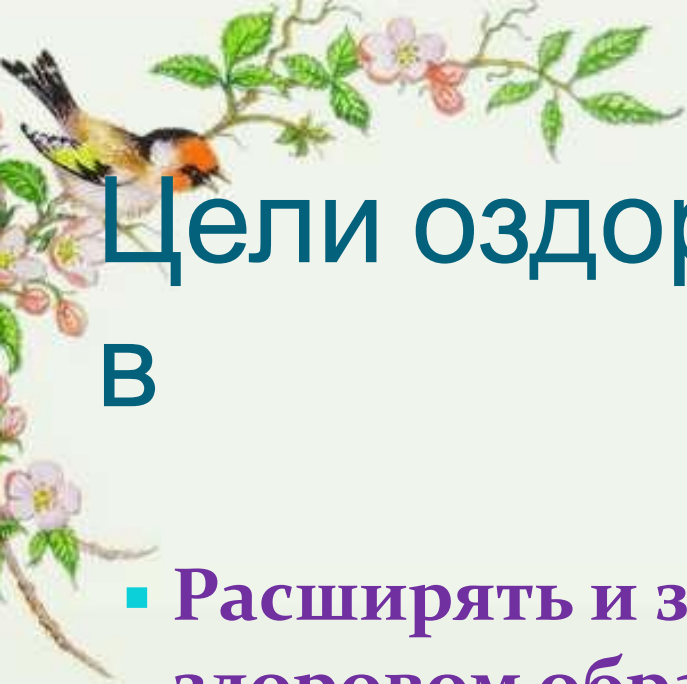
И тогда все люди в мире

Долго – долго будут жить.

И запомни: что здоровье

В магазине не купить!





Цели оздоровительной работы

В

- Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни;
- Совершенствовать физические способности ;
- Воспитывать желание вести здоровый образ жизни;

Здоровый образ жизни

Спорт

Культурно-гигиенические навыки

Режим дня

Витаминизация

Профилактика

Закаливающие процедуры

Привитие культурно-гигиенических навыков



**Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам**



**Спорт приходит в каждый дом.
Даже в тот, где мы живем.
Спортom ты скорей займись,
Будь здоровым на всю жизнь.**



**Фрукты, овощи на завтрак
Очень детям нравятся.
От здорового питания
Щёчки аж румянятся**



**Витамины - ценные вещества,
Без них мы никуда.
Чтоб здоровым, сильным, крепким быть,
Нужно с витаминами дружить.**



ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ



Дыхательные упражнения



Профилактика



Сон пришел к ребятам
Повздыхал немножко
Мягкими снежинками постучал в окошко
Посопел, поохал, что-то проворчал
Прикорнув у печки, задремал.



важнейший труд воспитателя и родителей, от жизнерадостности и бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы».

В. А.

Сухомлинский



СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ

!

