



«В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ!»



Старшая группа «Лесовичок»
Воспитатели: Романчук Н.А.
Иванова Л.Д.
МДОУ №5 «Брусничка» 2013г.
г. Бодайбо, Иркутской области.



Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем –
Перед каждою едою,
После сна и перед сном!

Чтобы горло закалять
Его надо полоскать!





Мы откроем всем секрет
В мире нет рецепта лучше:
Будь со спортом
неразлучен –
Проживешь тогда сто лет!



Мы выходим на прогулку,
Но не просто погулять.
Успеваем там трудиться,
И еще понаблюдать!





Кто спит в постели сладко!
Давно пора вставать.
Спешите на зарядку!
Мы вас не будем ждать!
По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке,
Раз – два, раз – два!
Шагают наши ножки.





Мы, веселые ребята,
Любим бегать и играть,
А еще мы очень любим,
Потрудиться всякий раз.





Пора на прогулку! Спешите одеваться!
Но начал ребенок так долго копаться!
Чтоб не отстать от веселых друзей,
Учись одеваться, мой друг, побыстрее!



Вот и завтрак подошел,
За обедом не сори,
Сели дети все за стол.
Насорил – так убери.
Чтобы не было беды,
Полдник ты не прозевай,
Вспомним правила еды:
Ротик шире открывай.
Наши ноги не стучат,
Ну а ужин тут как тут,
Наши язычки молчат.
Вот – тарелка, вот – еда,
Не осталось и следа!

Завтрак, обед и вечерний ужин
Для здоровья, нам ребята
Режим питания нужен.



Чтоб здоровым, сильным быть,
Прыгать, ползать, лазать,
Научиться мяч катать
Или плавать брассом,
Нужно спортом заниматься,
С физкультурой дружить,
По утрам зарядку делать,
На гимнастику ходить!



Спасибо

за

внимание

!

