

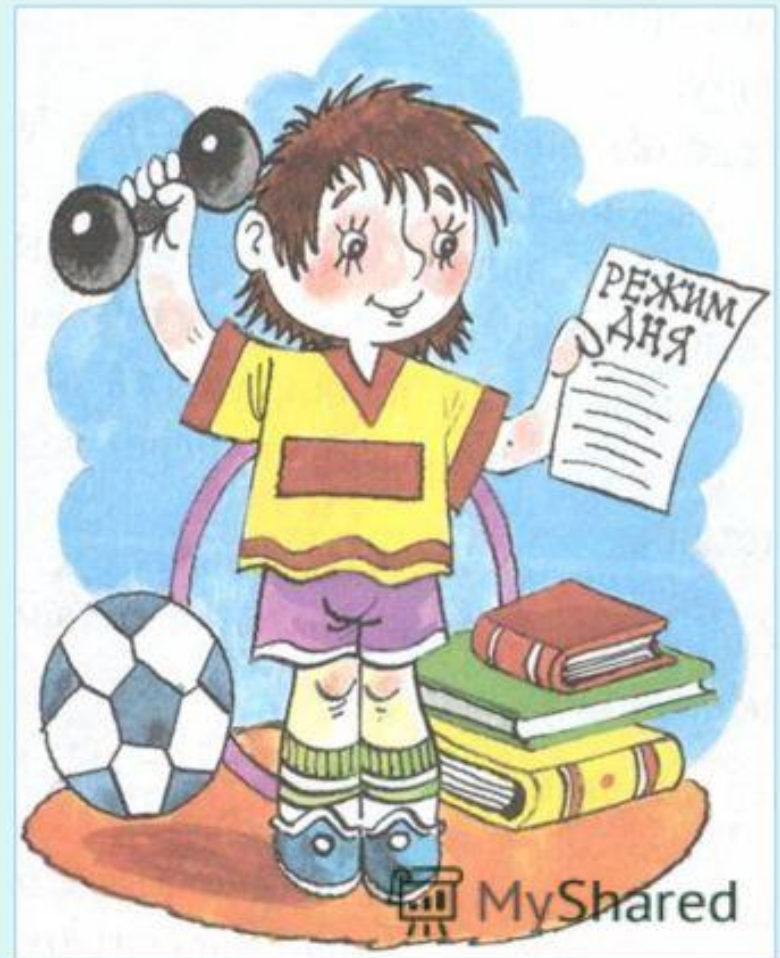


ЖИТЬ
Здорово

ПРЕЗЕНТАЦИЮ ПОДГОТОВИЛИ
ВОСПИТАТЕЛИ
МАДОУ ДЕТСКИЙ САД №2 Г.БАЛАКОВО
СТЕПАНОВА ГАЛИНА ФЕДОРОВНА.
ГАЛУЗИНА СВЕТЛАНА ВЛАДИМИРОВНА

Режим, одно из главных составляемых здорового образа жизни

**Режим дня – это
правильное
распределение
времени,
на основные
жизненные
потребности
человека.**



**ЧТОБ ЗДОРОВЬЕ
СОХРАНИТЬ, ОРГАНИЗМ
СВОЙ УКРЕПИТЬ,
ЗНАЕТ ВСЯ МОЯ СЕМЬЯ
ДОЛЖЕН БЫТЬ РЕЖИМ У
ДНЯ.**

**СЛЕДУЕТ, РЕБЯТА,
ЗНАТЬ НУЖНО ВСЕМ
ПОДОЛЬШЕ СПАТЬ.
НУ А УТРОМ НЕ
ЛЕНИТЬСЯ- НА
ЗАРЯДКУ
СТАНОВИТЬСЯ!**

**ЧИСТИТЬ ЗУБЫ,
УМЫВАТЬСЯ, И ПОЧАЩЕ
УЛЫБАТЬСЯ,
ЗАКАЛЯТЬСЯ, И ТОГДА
НЕ СТРАШНА ТЕБЕ
ХАНДРА.**





У здоровья есть
враги,
С ними дружбы
не води!
Среди них
тихоня лень,
С ней борись ты
каждый день.

Чтобы ни один
микроб
Не попал
случайно в рот,
Руки мыть
перед едой
Нужно мылом и
водой.

По утрам ты
закаляйся,
Водой холодной
обливайся.
Будешь ты всегда
здоров.
Тут не нужно
лишних слов.



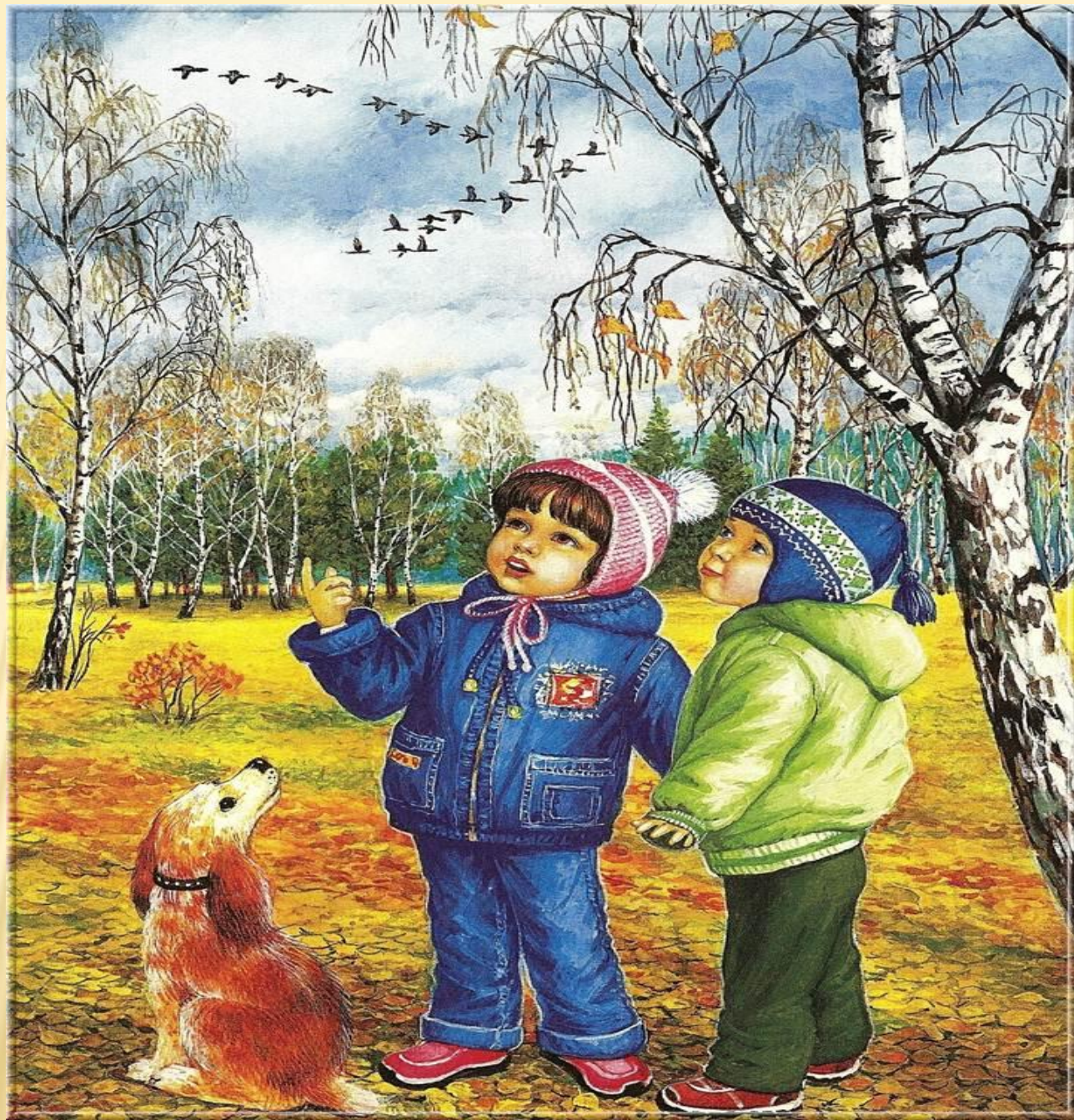
Если хочешь быть здоров!



**Кушай овощи и фрукты, Рыбу, молокопродукты-
Вот полезная еда, Витаминами полна!**



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





**МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**

Литература:

1. С.М. Мартынова «Здоровье ребенка в ваших руках»

М. «Просвещение» 1991 г

.

2. М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка»

Москва 1997г.

3. Т.Г. Карапетова «Формирование здорового образа жизни у дошкольников» «Учитель» 2009

г.