

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!

