

«Если хочешь быть здоровым...»

Богданова Елена Сергеевна
Виноградова Вероника Давидовна
Воспитатель
МБДОУ «Детский сад №17
комбинированного вида»
Д. Большие Тайцы



Цели :

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



**Советы
доктора**

Загадки

**Мульт –
викторина**



Кроссворд

Игротека



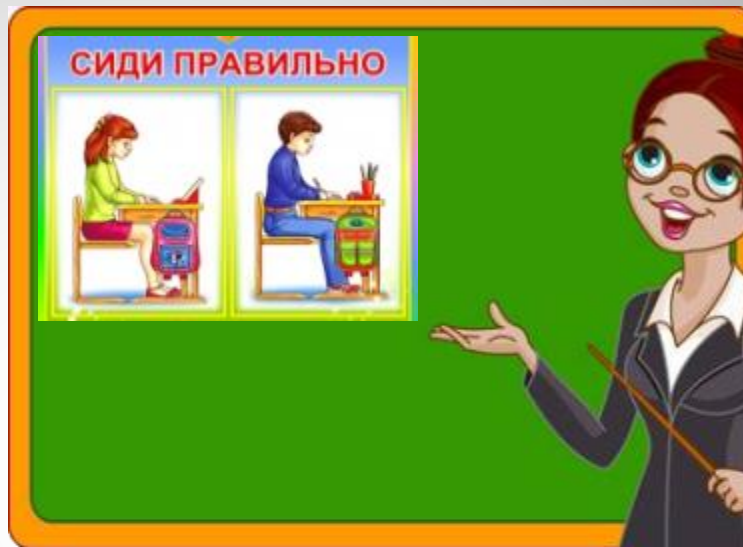
Чтобы быть всегда здоровым,
Нужно бегать и скакать.
Больше спортом заниматься,
И здоровым не скучать.



Чтоб здоровым, крепким быть,
Надо развиваться.
И для тела и души
Спортом заниматься.



Нужно спину так держать,
Чтобы ровненько стоять.
Люди смотрят не дыша:
Ох, осанка хороша!
Ты осанку береги —
Правильно сиди, ходи,
Пей побольше молока —
Кальций нужен нам всегда.



Солнце, воздух и вода —
Наши лучшие друзья.
С ними будем мы дружить,
Чтоб здоровыми нам быть.



Очень любим свой бассейн,
Плывать обожаем все.
Приходите, всех зовем—
Дружно вместе поплывем.



Очень любим свой бассейн,
Плывать обожаем все.
Приходите, всех зовем—
Дружно вместе поплывем.



Чтоб всегда здоровыми быть,
Нужно нам в поход ходить.
На природе отдыхать.
Свежим воздухом дышать.



Зимой в игры мы играем
Или катимся с горы,
Мы здоровье укрепляем,
Отдыхаем от души!



Ты расчёску уважай,
А другим её не давай.
Без неё, друзья мои,
Будем мы, как дикари!



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



Руки с мылом надо мыть,
Чтоб здоровенькими быть.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.



Зубы — как цветы на грядке
Помни! И без лишних слов
Содержи их все в порядке -
Садовод своих зубов!



Чистота — залог здоровья,
Чистота нужна везде:
Дома, в школе, на работе,
И на суше, и в воде.



Песни кто всегда поёт
И с улыбочкой живёт,
Ничего тому не страшно —
Много лет он проживёт.



Чтобы мне здоровым быть,
Надо овощи любить.
Свёкла, репка, лук, морковь —
Моя первая любовь.



Если хочешь быть здоровым,
Ешь чеснок и лук.
В них есть много витаминов,
Они помогут от всех недугов.



A vibrant collage of illustrations showing children engaged in various physical activities. In the top left, a group of children plays basketball on an outdoor court. In the top right, three girls are playing a game on a wooden platform near a large window. In the middle left, a girl is shown swinging a golf club on a green field. In the bottom left, two girls are roller skating on a path, while another girl in a purple helmet runs nearby. In the bottom right, three boys are playing soccer on a grassy field. The background of the collage features various scenic elements like a lake, trees, houses, and a lighthouse, all rendered in a bright, cartoonish style.

**Наше
здоровье
в наших
руках.**