

МБДОУ «Детский сад №234 г. Челябинска»

За здоровый образ жизни



**Выполнил воспитатель
детей раннего возраста
группы «Солнышко»
Лоде Оксана Валерьевна**

**Быть здоровым, быстрым, ловким нам помогут тренировки.
Бег, разминка, физзарядка и спортивная площадка,
А ещё наш инвентарь и болезней не видать!**



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.



Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна.
Для начала по порядку –
Утром делаем зарядку!
Утренняя гимнастика.



**Успокоились немножко –
Вдох – закончилась дорожка,
Выдох – встанем у порожка
И опять начнём играть,
День с улыбкою встречать!**

Дыхательная гимнастика.



**Если хочешь стать умелым,
Ловким, быстрым, сильным,
смелым.**

**Научись любить скакалки,
Скамейку, обручи и палки!**



Колокольчик зазвенел,
Громко песенку запел
Пригласил нас постараться,
И чуть-чуть позаниматься.
Будем строить и лепить,
Про здоровье говорить,
Будем петь и рисовать,
И здоровьем полыхать.



"Витамины в баночке"



"Зубная щётка"



Будем клеить, рисовать,
Ставить опыты, играть.
Стих учить, рассказ читать,
Или песенку слагать.
Чтоб чему-то научиться,
Не положено лениться!
Мы — ребята дружные,
Мамам, папам нужные!



**Руки ставим перед грудью,
В стороны разводим.
Мы зарядку делать будем,
При любой погоде.**



2022/4/12 16:28



Я качаюсь на качели,
На машине я качусь,
Ведь здоровый образ жизни
Очень я вести хочу.



2022/4/13 10:19



2022/4/13 10:12

Каждый раз после прогулки
Руки мы спешим помыть
Чтобы не было микробов,
В чистоте должны все жить!



2022/4/13 09:01



2022/4/12 10:49

Чтобы нам здоровым
быть,
Надо овощи любить.
Свёкла, репка, лук,
морковь —
Наша первая любовь.



**Знают взрослые и дети
Пользу витаминов этих:
Фрукты, овощи на грядке —
Со здоровьем все в порядке!**



**Здоровые дети - в здоровой семье,
Здоровые семьи - в здоровой стране,
Здоровые страны - планета здорова,
Здоровье - какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!**



The background is a vibrant, abstract composition of overlapping, semi-transparent geometric shapes in shades of pink, purple, green, and blue. Scattered throughout are numerous small, reflective spheres in various colors like pink, green, blue, and orange, some of which appear to be floating or falling. The overall effect is dynamic and celebratory.

Будьте здоровы!

**Спасибо
за
внимание!**