

# «Быть здоровыми хотим»

*Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать.*

*Объясните им и они будут беречься.*

*(так писал Януш Корчак в своей книге «Педагогика сердца»)*

*Мы дружные ребята,  
Пришли мы в детский сад.  
И каждый физкультурой  
Заняться очень рад!*



*(физкультурное занятие)*

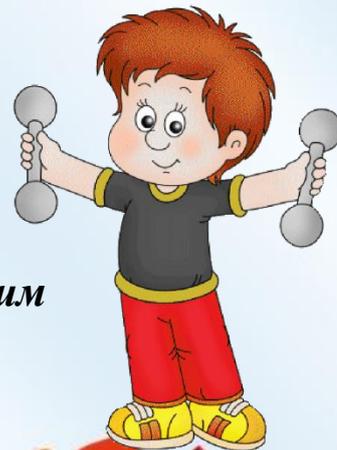


*(игры в сухом бассейне)*



*(утренняя гимнастика)*

*Утренняя гимнастика и физкультурные занятия, это первый шаг к здоровью. Они воспитывают у детей привычку к физическим упражнениям, связанную с приятными мышечными ощущениями.*



1,2,3,4,5

*Будем пальцы разминать  
Крепкие, дружные  
Все такие нужные!*

*Пальчиковая гимнастика с  
использованием нетрадиционного оборудования.*



*(цветные  
карандаши)*



*(носовые  
платочки)*



*(прищепки)*



*(рукавички)*

*Пальчиковая гимнастика дает хорошую подвижность кистям  
рук и пальчикам, а это в дальнейшем облегчит овладение  
навыкам письма.*

*Свежий воздух детям,  
Нужен и полезен!  
На прогулку выходи,  
И свежим воздухом дыши!*



*Большое значение для здоровья ребенка имеет прогулка на свежем воздухе. Прогулки являются первым и наиболее доступным средством закаливания организма.*

*И занятия спешим,  
Все про здоровье узнать хотим.  
А потом в игру играем,  
Виды спорта закрепляем.*



*(закрепляем правила личной гигиены)*



*(Ди « Виды спорта»)*



*(уточняем, что такое полезная и вредная еда)*



*Занятия проходят в игровой форме. Дети расширяют и уточняют свои знания про здоровый образ жизни.*

***Желаем здоровья Вам и Вашим детям!***