

мы растём здоровыми



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



Чтоб сильным быть, ловким,
здоровым, веселым
Не стоит есть чипсы
и пить Кока-Колу.
Съешь яблоко, сливы,
лимон, апельсины —
Во фруктах и в ягодах
есть ВИТАМИНЫ.

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться—
На ЗАРЯДКУ становиться!



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



Ну, а если уж случилось,
Разболелся получилось,
Знай, к ВРАЧУ тебе пора





МЫ ХОТИМ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ



МБДОУ Д/С №10

СТАРШАЯ ГРУППА №31



Рано утром мы встаем,
На зарядку все идем,
Потому что физкультура –
Укрепит мускулатуру.



Чтоб красивым, стройным быть,
Обруч надо мне крутить.
На скакалочке скакать,
В игры разные играть.

Будешь спортом заниматься –
Тебе нечего бояться.



Правильное питание – залог
здоровья.



Я хочу здоровым быть,
Чтоб к врачам мне не ходить!

С НИМИ БУДЕМ
МЫ ДРУЖИТЬ,
ЧТОБ
ЗДОРОВЫМИ
НАМ БЫТЬ.

СОЛНЦЕ,
ВОЗДУХ И
ВОДА – НАШИ
ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ.



Нужно много нам гулять,
Чтоб здоровье закалять.



Двигайся больше – проживешь
дольше.



Нам полезно без сомненья,
Все что связано с движеньем.



Чтобы проворным стать атлетом,
Проведем мы эстафету.
Будем бегать быстро, дружно,
Победить нам очень нужно!



ЗДОРОВЯЧОК

Мы команда молодцы - нас зовут здоровячки!

Для здоровья,
для порядка
начинаем день с
зарядки



Чтоб успешно
развиваться,
нужно спортом
заниматься



Мы активно
отдыхаем, и
здоровье укрепляем



Закалка, спорт,
движение - всех
целей достижение



7 апреля -
Всемирный День
Здоровья

Здоровое
питание - основа
процветания

закаливание
организма

сбалансированное
питание

ежедневные
прогулки
на свежем
воздухе

полноценный
сон

режим
дня

личная
гигиена

физические
нагрузки

Солнце,
воздух и вода
наши лучшие друзья



Мы со спортом
дружим,
никогда не тужим



ЗОЖ
это



ЗДОРОВЯЧОК

Мы команда молодцы - нас зовут здоровячки!

Для здоровья,
для порядка
начинаем день с
зарядки



Чтоб успешно
развиваться,
нужно спортом
заниматься



Мы активно
отдыхаем, и
здоровье укрепляем



7 апреля -
Всемирный День
Здоровья

Здоровое
питание - основа
процветания



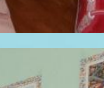
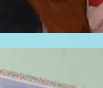
закаливание
организма



сбалансированное
питание



ежедневные
прогулки
на свежем
воздухе



полноценный
сон



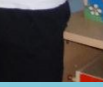
режим
дня



личная
гигиена



физические
нагрузки



ЗОЖ
это

