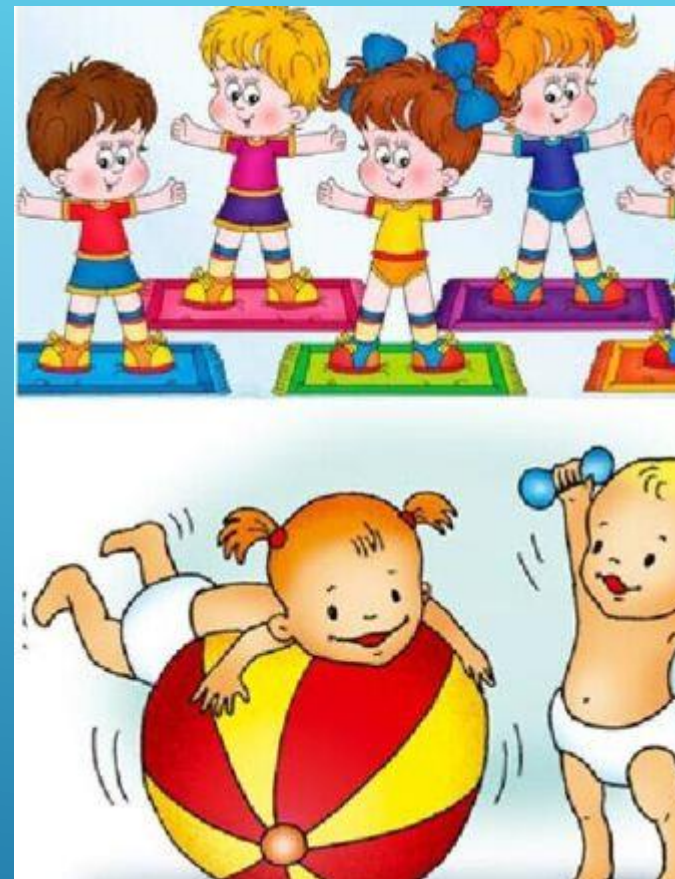


► «Мы за здоровый образ жизни»

МБДОУ № 496

АВТОР : ДМИТРИЕВА М.А.



*Мы теперь уже большие,
Мы ведь ходим в детский сад
И в саду нас научили,
Как здоровье укреплять.*

*Мы расскажем вам всё
честно
И подробно обо всём
Знаем, вам ведь интересно
Знать о том, как мы растём*



*Кто зарядкой
занимается с утра
Не нужны тому
поверьте доктора
И не будет он
болеть и чихать
Будет весело
смеяться и играть*



- Физкультура всем полезна
Физкультура всем нужна
Она от лени и болезней
Помогает нам всегда



- ▶ Простудой, чтобы не болеть
И не кашлять, не сопеть
Надо упражнения знать,
Как нам правильно дышать



- ▶ На прогулку дважды в день
Нам ходить совсем не лень.
Свежим воздухом дышать,
Организм свой закалять



- ▶ Чтоб здоровым
нам быть,
Надо с музыкой
дружить,
Потому что пластику
движения
Развивают танцевальные
упражнения





Руки вместе мы с тобой
Моем с мылом и водой
Чтоб микробы с рук в живот
Не попали через рот



Чтобы горло не болело,
Мы погладим его смело.
Чтоб не кашлять, не чихать
Надо носик растирать

- Раз, два, три, четыре, пять
Начинаем мы играть
Ведь подвижная игра,
Для здоровья так важна

