

A decorative border surrounds the page, featuring various sports equipment icons such as tennis rackets, soccer balls, basketballs, and American footballs, interspersed with small white dots on a light blue background.

«Мы за здоровый образ жизни»

**Старшая группа
МАДОУ №64 «Искорка»**

Выполнила:
воспитатель
Титова С.В.

A decorative border surrounds the slide, featuring various sports-related icons such as tennis rackets, basketballs, soccer balls, tennis balls, and tennis shoes, arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides.

Здоровый образ жизни

Это комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей.

Цели оздоровительной работы в группе:

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

Что же такое здоровый образ жизни?

*Всем известно и понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать.
Как здоровым стать.*





**Рано утром каждый день
Умываться нам не лень
Зубы, волосы, ногти и уши
Почистим, помоем мы
и посушим
С мылом, расческой,
шампунем и пастой
Будешь ты чистым,
пушистым, гривастым.**



Каждое утро, приходя в детский сад, мы делаем зарядку.



Рано утром не ленись —
На зарядку становись!



Постоянно нужно
есть
Для зубов для
наших
Фрукты, овощи,
омлет,
Творог,



Если целый день
играть,
Можем даже мы
устать.
И тогда, спасая нас



Свежий воздух он полезный,
Чтоб ребёнок не был
бледный.
На прогулку каждый день
С группой выходить не лень.



Мы просто обожаем заниматься
физкультурой и играть в подвижные игры





Соблюдая все эти правила мы растём здоровыми и жизнерадостными детьми!

