МДОУ «Эммаусский детский сад общеразвивающего вида»

Я и моё здоровье





Выполнила:
воспитатель I квалификационной категории
Карабанова Е. Ю.
3 младшая группа

Чтоб здоровье сохранить ,
Организм свой укрепить,
Должен быть режим у дня!





Кто спит в постели сладко?
Давно пора вставать.
Спешите на зарядку!
Мы вас не будем ждать!





По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся
Будешь ты всегда здоров,
Тут не нужно лишних слов.





Зубы- как цветы на грядке
И без лишних слов
Содержи их все в порядке
Садовод своих зубов





Руки с мылом надо мыть
Чтоб здоровенькими быть,
Чтоб микробам жизнь не дать
Руки в рот не надо брать.





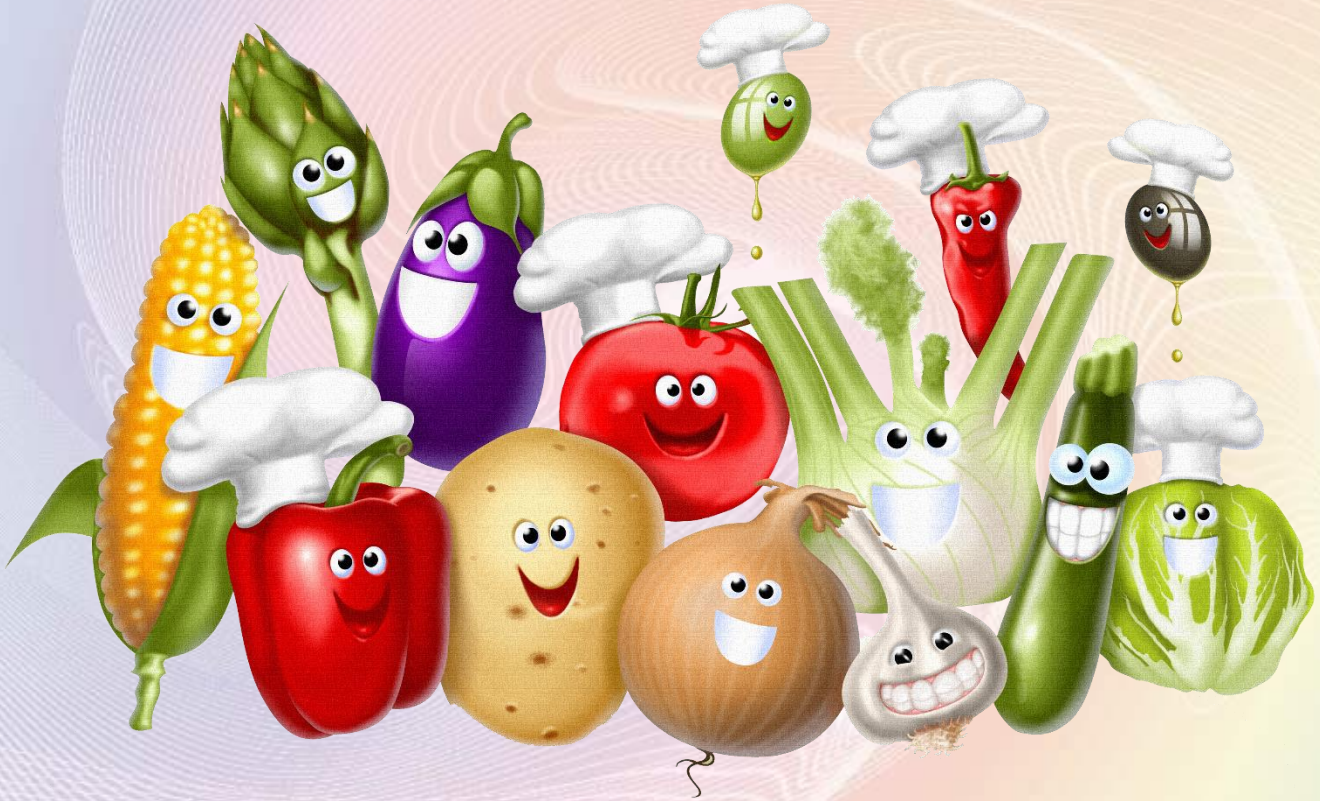
Давайте же мыться, плескаться,
Купаться, нырять, кувыркаться,
В ушате, в корыте, в лохани,
В реке, ручейке, океане.
Всегда и везде
ВЕЧНАЯ СЛАВА ВОДЕ!





Чтобы мне здоровым быть
Надо овощи любить





Сели дети все за стол.
Вспомним правила еды:
Ротик шире открывай.
Кушай молча, не болтай.
Вот – тарелка, вот – еда,
Не осталось и следа!





Чтоб здоровым, крепким быть,
Надо развиваться.
И для тела и души,
Спортом заниматься.





Не боимся мы мороза,
Не пугает дождь и град.
Не страшны нам даже грозы,
Мы всегда идём гулять!





ЗАГАДКИ





Как только утром я проснусь,
Присяду, встану и нагнусь –
Все упражненья по порядку!
Поможет вырасти …



Кинешь в речку – не тонет,
Бьёшь о стенку – не стонет.
Будешь оземь кидать –
Станет кверху летать…





Этот конь не ест овса,
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулем…



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

