

«Свежий воздух для здоровья»

группа №13 «Гномики»



Выполнили: Губарь.Е. Н.
Потанина. О. В.

Барнаул 2024

Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости. Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей.

Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главнейших показателей ее благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России.

С каждым годом возрастает актуальность вопросов, связанных со здоровьем подрастающего поколения. Особую обеспокоенность вызывают дети дошкольного возраста.

Как известно, развитие и воспитание ребёнка во многом зависит от взрослых, которые его окружают, и от того, какой пример (положительный или отрицательный) они подадут своим поведением.

Главным образом это члены семьи дошкольника.

Первые и главные воспитатели в жизни ребёнка – родители, поэтому большая часть ответственности за его здоровье лежит на их плечах.

Задача взрослых – с ранних лет формировать у ребёнка понимание значимости здоровья и умения бережно к нему относиться.

Сотрудничество родителей и педагогов в данном вопросе позволяет решать поставленную задачу намного эффективнее.



Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.



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



Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться —
На зарядку становиться!



Чистить зубы, умываться, и почаще улыбаться, закаляться, и тогда - не страшна тебе хандра.





У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый день.





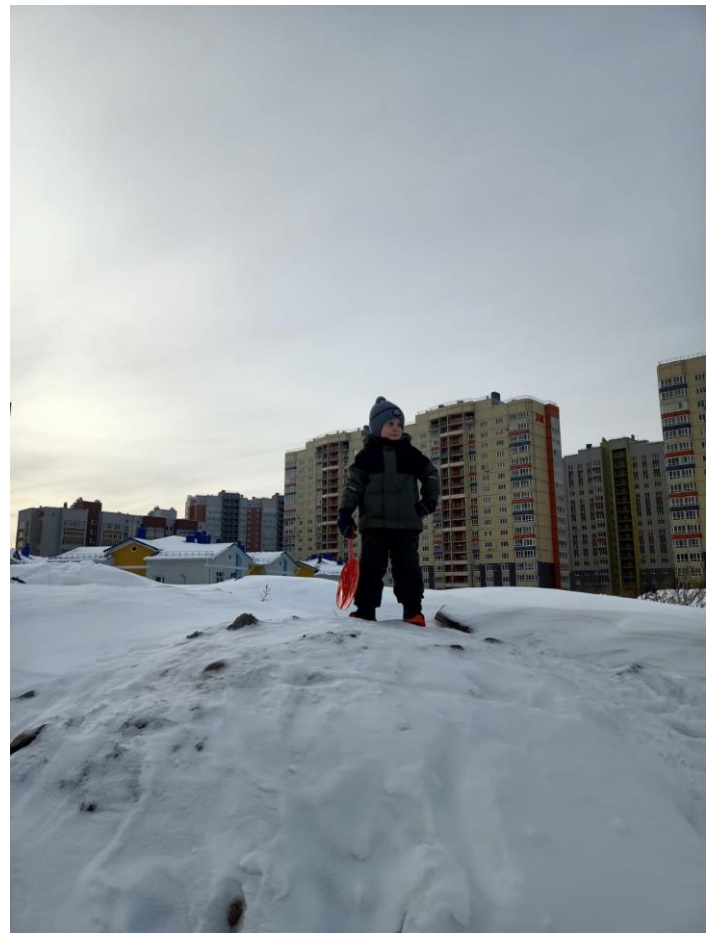
Чтобы не было микробов,
В чистоте должны все жить.
Чтобы не было болезней,
Верить в силы, не грустить.





Солнце, воздух и вода –
Наши лучшие друзья.
С ними будем мы дружить,
Чтоб здоровыми нам быть.







Я активно отдыхаю
И здоровье укрепляю,
Ни на что не сетую,
Что и я вам советую..





Спорт для жизни очень важен.
Он здоровье всем дает.
Мы играем в баскетбол,
И футбол, и волейбол.
Мы зарядку делаем,
Приседаем, бегаем.
Очень важен спорт для всех.
Он – здоровье и успех.
Зарядку делаем с утра —
Здоровы будем мы всегда.





У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый
день.



Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!



МЫ ЗА ЗОЖ

Спасибо за внимание!