

## Фотоотчет «Здоровые дети - в здоровой семье»

7 февраля 2014 г. - в день открытия в г. Сочи XXII зимних Олимпийских игр в детском саду прошел всероссийский урок (занятие) «Здоровые дети - в здоровой семье».

С детьми разновозрастной группы проведена беседа «Мыло и вода – наши лучшие друзья!»

В беседе воспитатель объяснила детям понятие о том, что такое здоровье, что нужно делать для того, чтобы быть здоровым. С детьми закрепили знания, умения о правильном пользовании предметами гигиены и культурно – гигиенические навыки, расширили представления о пользе воды для человека и в природе.



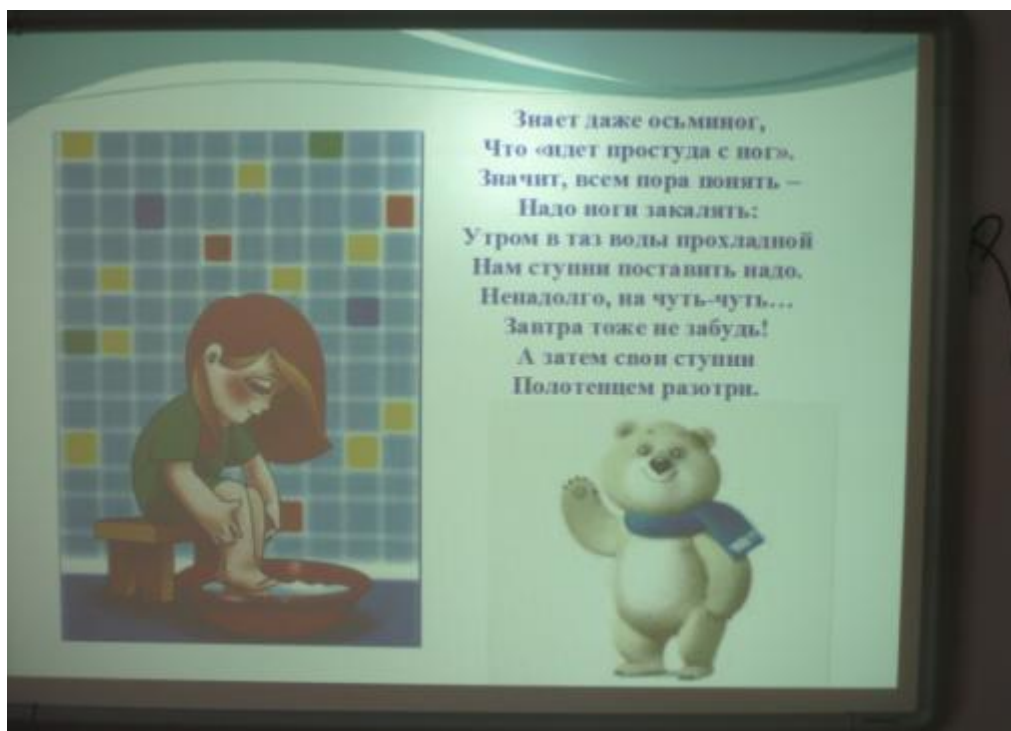




До этого в январе месяце была проведена выставка творческих работ родителей вместе с детьми на тему : «Олимпийская зима». Многие родители приняли участие.



Показали детям презентацию на тему : «Олимпиада и здоровье». Где дети познакомились с символами Олимпиады Сочи-2014г и как вести здоровый образ жизни.



Здоровый образ жизни:

- поддержание физического здоровья,
- отсутствие вредных привычек,
- правильное питание,

- толерантное отношение к людям,
- радостное ощущение своего существования в этом мире.

Результатом здорового образа жизни детей является физическое и нравственное здоровье. Не случайно в народе говорят: “В здоровом теле — здоровый дух”.

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.  
Следует, ребята, знать  
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 ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.  
Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты —  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!  
На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!  
Ну, а если уж случилось:  
Разболеться получилось,  
Знай, к врачу тебе пора.

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

