

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.



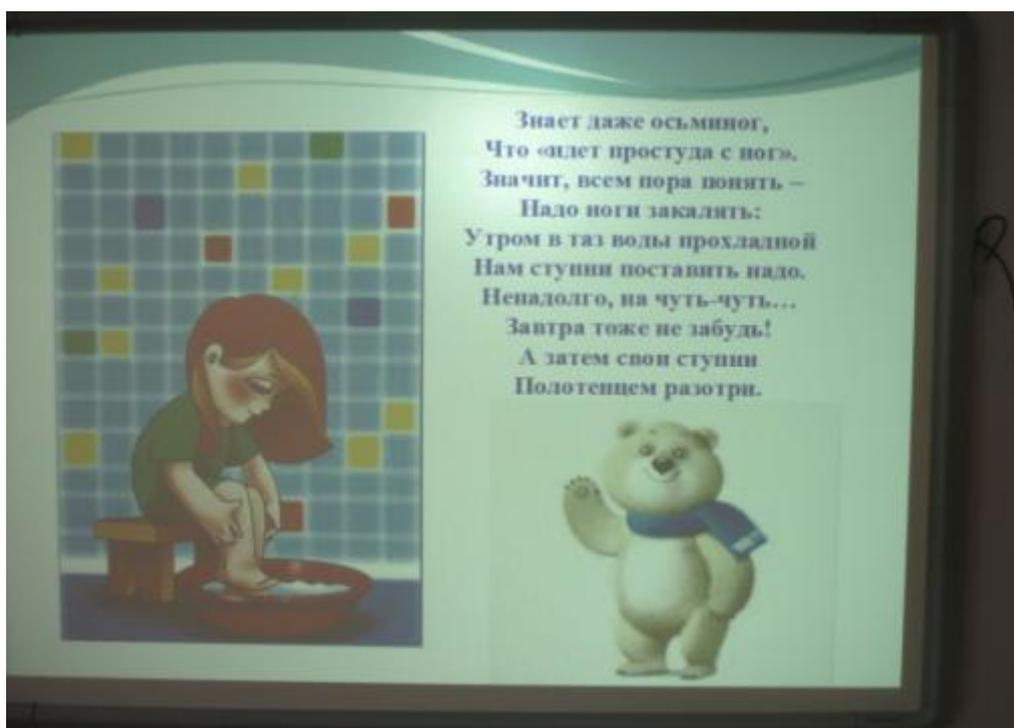




До этого в январе месяце была проведена выставка творческих работ родителей вместе с детьми на тему : «Олимпийская зима». Многие родители приняли участие.



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!

