



***ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
ДЛЯ
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА***



Цель презентации : сформировать у дошкольников начальное представление о здоровом образе жизни, привить навыки осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения к собственному здоровью.

Здоровый образ жизни.



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

*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!*

Виды спорта.



Зимние виды спорта :



Деревянные кони по снегу скачут, А в снег не проваливаются.



Кто по снегу быстро мчится,
Провалиться не боится?



ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ



▣ Во дворе с утра игра, Разыгралась детвора.
Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" - Там





- ▣ Есть ребята у меня
- ▣ Два серебряных коня.
- ▣ Езжу сразу на обоих
- ▣ Что за кони у меня?







ЛЕТНИЕ ВИДЫ СПОРТА



В этом спорте игроки
Все ловки и высоки.
Любят в мяч они играть
И в кольцо его кидать.
Мячик звонко бьет об пол,
Значит, это ...





Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота - через сетку.
И площадка, а не поле



Соберем команду в школе
И найдем большое поле.
Пробиваем угловой -
Забиваем головой.
И в воротах пятый гол!
Очень любим мы ...





футбол

Ему бассейн так приглянулся —
Он тут же в воду бултыхнулся,
Помчался стилем баттерфляй,
Теперь спортсмена отгадай....





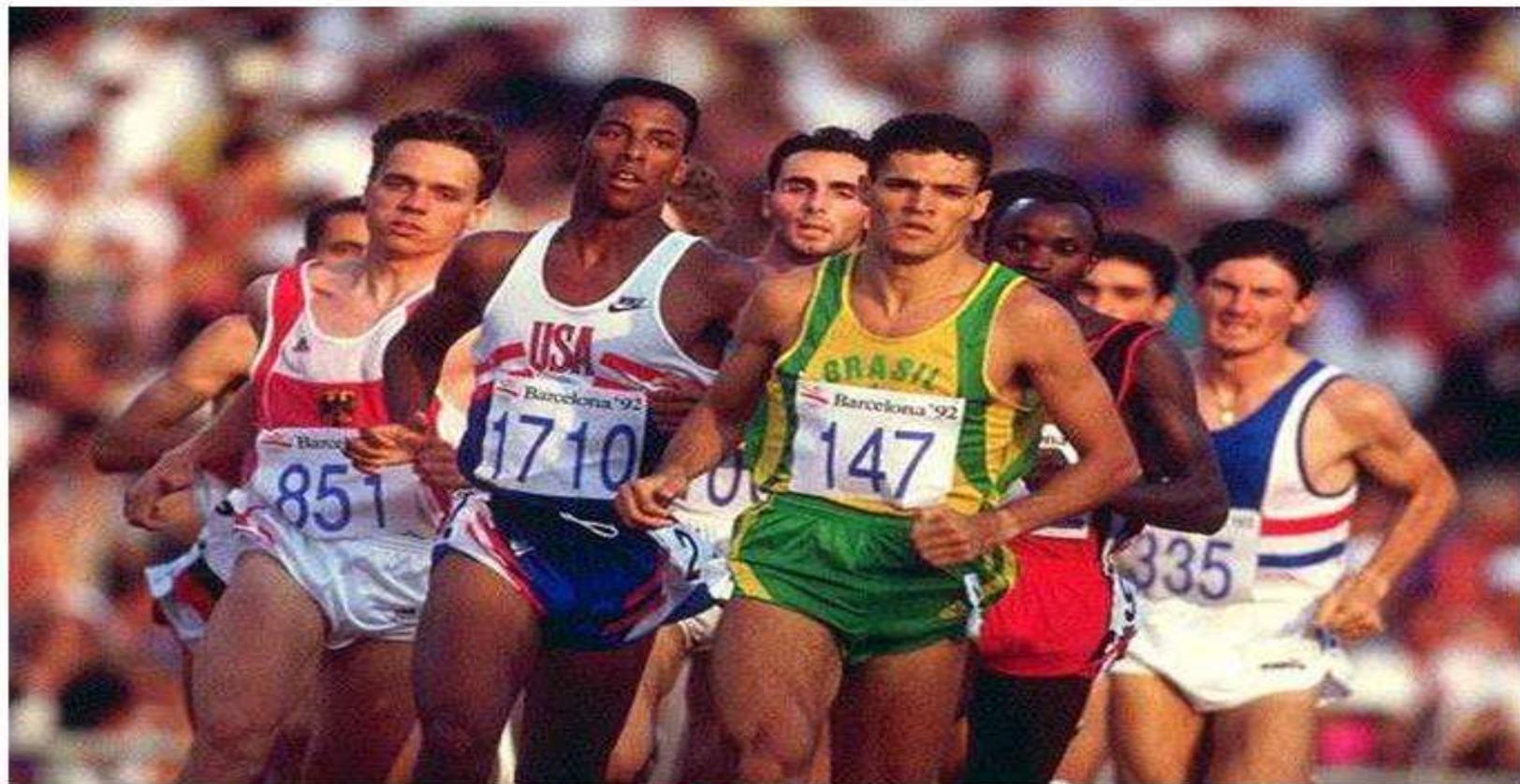
Ноги и мышцы все время в движении -

Это не просто идет человек.

Такие вот быстрые передвижения

Мы называем коротко — ...





бег

Эти фрукты не
съедобны,
Но огромны и
удобны.
Их иной спортсмен
часами
Лупит сильно
кулаками.





Игра «Это правда или нет»

Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать?

Чтоб зимою не болеть,

На улице надо петь?

И от гриппа, от ангины

Нас спасают витамины?

Будешь кушать лук, чеснок –

Тебя простуда не найдет?

Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов –

Будешь сильным и красивым?

Если хочешь сильным быть,

Со спортом надобно дружить?

