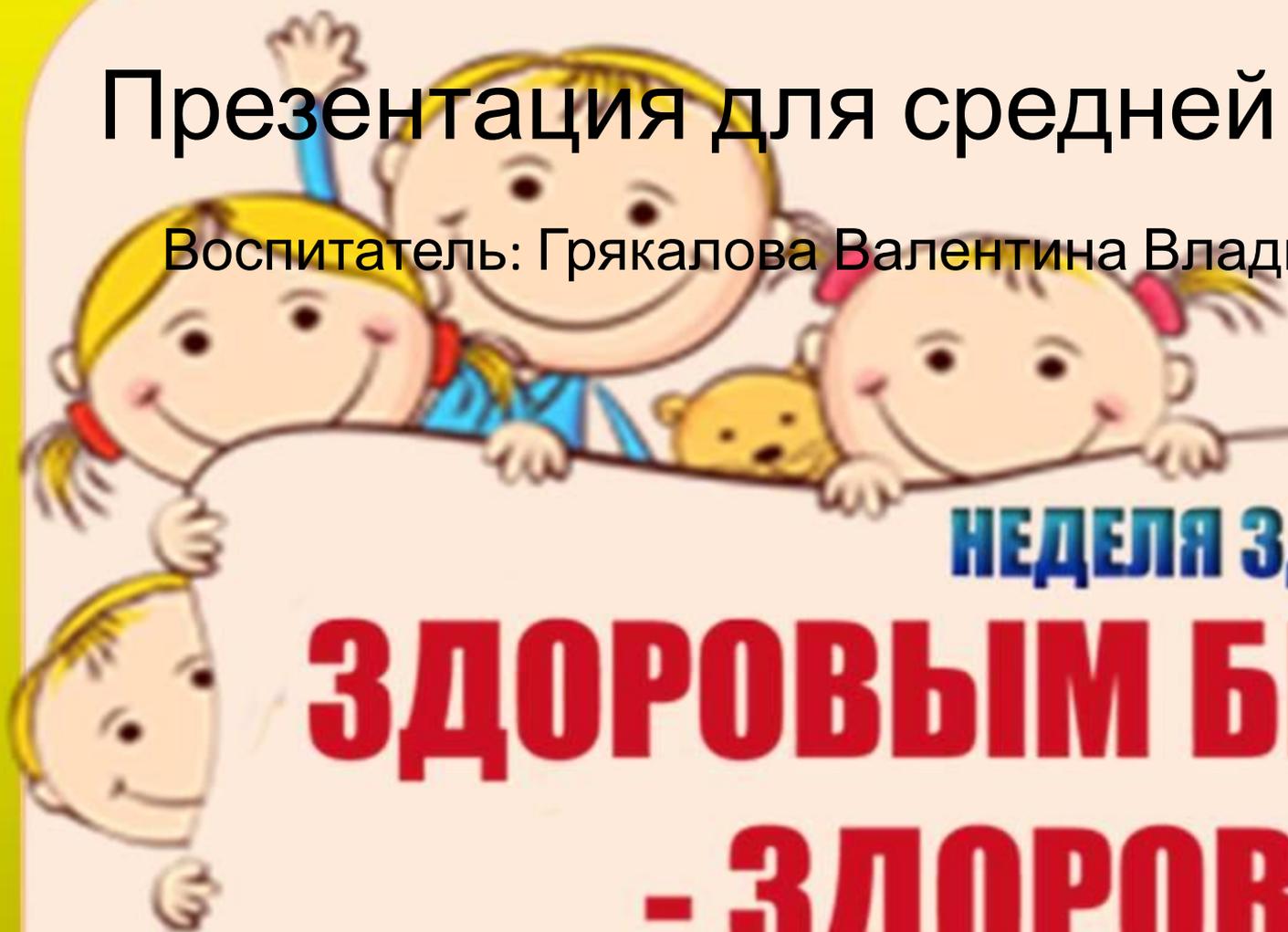


# Презентация для средней группы

Воспитатель: Грякалова Валентина Владимировна



**НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ**

**ЗДОРОВЫМ БЫТЬ**

**- ЗДОРОВО!**

# Неделя здоровья

это форма активного отдыха детей, когда отменяются все виды занятий, режим дня наполняется различными играми, развлечениями, увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе.





ПИТАЙТЕСЬ ПРАВИЛЬНО

# ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ



СЛЕДИТЕ  
ЗА ОСАНКОЙ



МОЙТЕ РУКИ  
ПЕРЕД ЕДОЙ



ЗУБЫ НУЖНО ЧИСТИТЬ  
УТРОМ  
И ВЕЧЕРОМ



ДЕЛАЙТЕ ЗАРЯДКУ  
КАЖДЫЙ  
ДЕНЬ



БОЛЬШЕ  
ГУЛЯЙТЕ  
И ЗАНИМАЙТЕСЬ  
СПОРТОМ



В СЛУЧАЕ БОЛЕЗНИ  
ОБРАЩАЙТЕСЬ  
К ВРАЧУ



ОДЕВАЙТЕСЬ  
ПО ПОГОДЕ



ВРЕДНО ДОЛГО ИГРАТЬ  
НА КОМПЬЮТЕРЕ  
И СМОТРЕТЬ  
ТЕЛЕВИЗОР



СОБЛЮДАЙТЕ  
РЕЖИМ ДНЯ



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.



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.



**ЗДОРОВЬЕ  
В ПОРЯДКЕ  
- СПАСИБО  
ЗАРЯДКЕ !**



На зарядку становись!





# Подвижные игры

Для вас родители

# Азбука ВИТАМИНОВ

Какие витамины нужны  
детям



# ВИТАМИН

# А

Расскажу Вам не тая,  
Как полезен я, друзья!  
Я морковке и томате,  
В тыкве, в персике, в салате.  
Съешь меня – и подрастешь,  
Будешь ты во всем хорош!  
Помни истину простую:  
Лучше видит только тот,  
Кто жует морковь сырую  
Или пьет морковный сок!



# ВИТАМИН

# С

Земляничку ты сорвешь –  
В яголке меня найдешь.  
Я в смородине, в капусте,  
В яблоке живу и в луке,  
Я в фасоли и картошке,  
В помидоре и горошке!  
От простуды и ангины  
Помогают апельсины.  
Ну а лучше съесть лимон,  
Хоть и очень кислый он.



# В

# ВИТАМИН

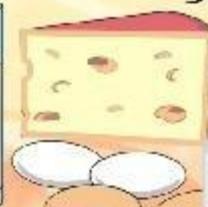
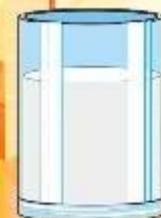
Рыба, хлеб, яйцо и сыр,  
Мясо, птица и кефир,  
Дрожжи, курага, орехи  
Вот для Вас секрет успеха!  
И в горохе тоже я.  
Много пользы от меня!  
Очень важно спозаранку  
Съесть завтраком овсянку.  
Черный хлеб полезен нам –  
И не только по утру.



# В

# ВИТАМИН

Я – полезный витамин,  
Вам, друзья, необходим!  
Кто морскую рыбу ест,  
Тот силен как Теркулес!  
Если рыбий жир полюбишь,  
Силачом тогда ты будешь!  
Есть в икре я и в яйце,  
В масле, в сыре, в молоке.



# Зачем нужны витамины

**Берегите себя и  
будьте здоровы!!!**

