

«Если хочешь быть здоров...»

Автор: Автор: Мелихова Н.Ю., воспитатель
25.11.2020 15:02 - Обновлено 25.11.2020 15:29

Если хочешь быть здоров,

Обойтись без докторов –

Закаляйся, умывайся,

Спортом разным занимайся.

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.

Здоровье – это наш дар. Здоровый образ жизни для детей – основополагающий фактор физического и нравственного развития, его гармоничного существования в обществе. Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок был здоровым, сильным и красивым. Чем раньше мы воспитаем в ребенке привычку здорового образа жизни, тем легче в будущем ребенку будет адаптироваться в обществе.

С целью сохранения и укрепления здоровья воспитанников в средней группе №6 реализуются различные виды здоровьесберегающих технологий. Ребята с удовольствием выполняют комплексы утренней, релаксирующей, дыхательной и бодрящей гимнастики; ходьбу по массажным дорожкам. Кроме этого, с воспитанниками систематически проводятся мероприятия по профилактике простудных заболеваний:

- использование лука и чеснока;
- мытье рук водой комнатной температуры;
- гигиеническое полоскание полости рта после приема пищи.

«Если хочешь быть здоров...»

Автор: Автор: Мелихова Н.Ю., воспитатель
25.11.2020 15:02 - Обновлено 25.11.2020 15:29



«Если хочешь быть здоров...»

Автор: Автор: Мелихова Н.Ю., воспитатель
25.11.2020 15:02 - Обновлено 25.11.2020 15:29

