

День здоровья для малышей.

29 июня в нашем детском саду прошло развлечение «День здоровья», и мы со своими малышами не оставили этот день без внимания.

Наше утро начинается с улыбки Здоровье в порядке спасибо зарядке.



Зарядка с музыкальным сопровождением, позволяет заинтересовать детей и поднять настроение.

Дыхательная гимнастика с использованием мыльных пузырей.



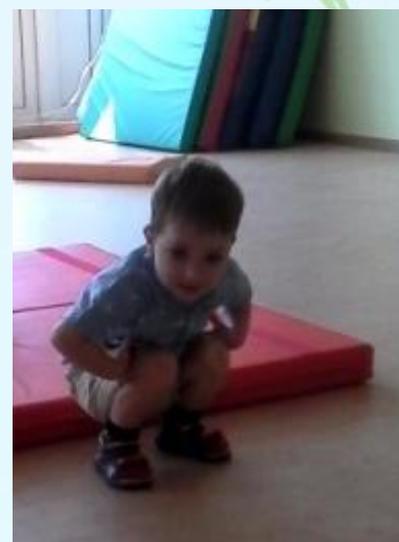


Кушай Ксюша кашку, будешь ты здоровой и красивой как принцесса в сказке.

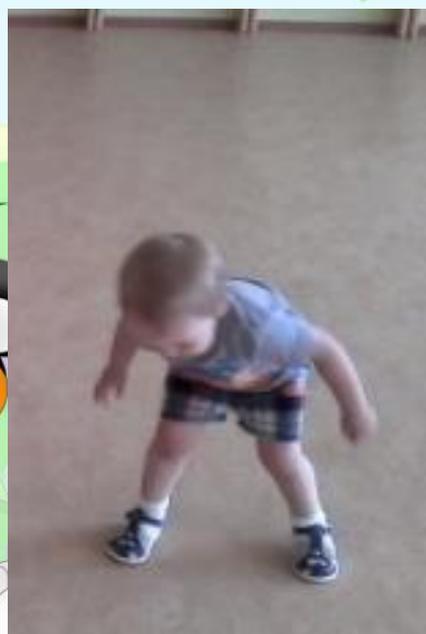


Кашу манную любят малыши,
Белую, пушистую едят от души.
Любят её с маслом, любят с
молоком.
Станут все красивыми и
сильными потом.

Мы в спортзал ходили, дружными мы были,
препятствие преодолевали, вставали, приседали,



наклоны выполняли, еще мячи катали





Затем канат тянули и дружно отдохнули



На прогулку мы пошли, так как знают малыши ...



Свежий воздух малышам нужен и полезен!
Очень весело гулять нам!

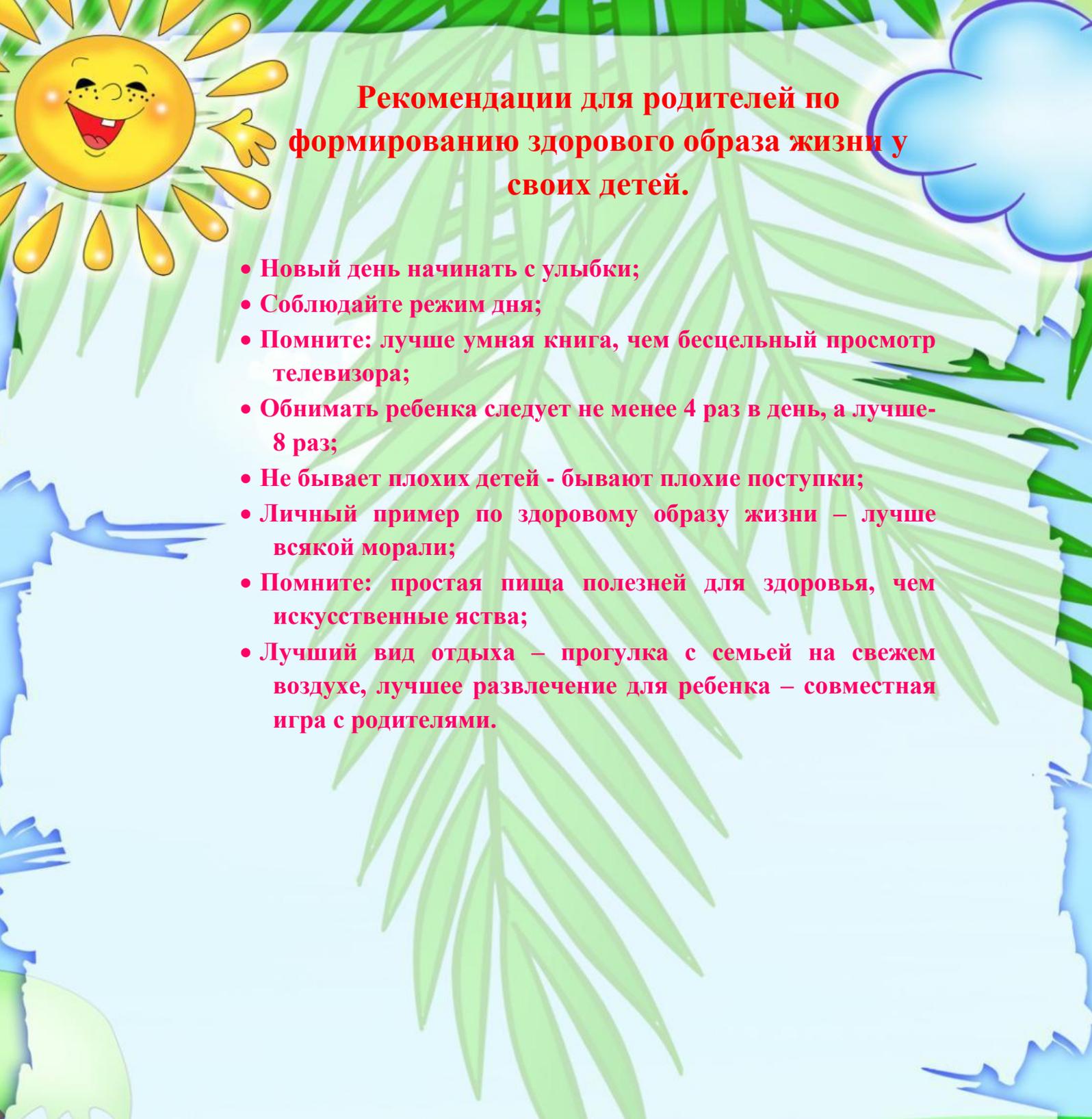
И никаких болезней!!!

Игры с песком не только доставляют удовольствие и развлечение детям, но и улучшают настроение, регулируют мышечный тонус, развивают мелкую моторику, координацию движений, благотворно влияют на психику, успокаивают, дарят всевозможные тактильные ощущения, расширяют кругозор.

Возьму ведерко и лопату,
Пойду в песочнице я клад копать.
Я сделаю себе ограду, чтоб легче
было мне искать.

А так же мы рассматривали иллюстрации «Чистота залог здоровья», «Фрукты с овощами, лучшее питание», читали потешки про здоровый образ жизни.





Рекомендации для родителей по формированию здорового образа жизни у своих детей.

- Новый день начинать с улыбки;
 - Соблюдайте режим дня;
 - Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора;
 - Обнимать ребенка следует не менее 4 раз в день, а лучше - 8 раз;
 - Не бывает плохих детей - бывают плохие поступки;
 - Личный пример по здоровому образу жизни – лучше всякой морали;
 - Помните: простая пища полезней для здоровья, чем искусственные яства;
 - Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка – совместная игра с родителями.
- 