

БЕСЕДА С ДЕТЬМИ

«УЛЫБКА ЗДОРОВЬЯ»



Подготовила: Кубышкина Г.Н.

Здоровье – это красота.

Здоровье – это то, что нужно беречь.

Здоровье – это сила и ум.

Здоровье – это долгая счастливая жизнь.

Здоровье – это самое большое богатство.

Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным.

Здоровье – это когда ты весел и у тебя всё получается.



ДЕРЕВО ЗДОРОВЬЯ

Профилактика заболеваний

- Не забывай проветривать комнату
- Чаще мой руки
- Закаляйся
- Занимайся спортом
- Одевайся по погоде
- Пользуйся индивидуальной посудой
- Мой фрукты и овощи перед едой
- Ежедневно ешь овощи и фрукты
- Чисти зубы 2 раза в день







Здоровый образ жизни



Запомни эти правила!

*Как поел почисти зубки.
Делай так два раза в сутки.*



*Предпочти конфетам фрукты,
Очень важные продукты.*



*Чтобы зуб не беспокоил,
Помни правило такое:*

*К стоматологу идём
В год два раза на приём.*



*И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет.*

**Как поел, почисти зубки.
Делай так два раза в сутки.**



**Предпочти конфетам фрукты —
Очень важные продукты.**



**Чтобы зуб не беспокоил,
Помни правило такое:
К стоматологу идём
В год два раза на приём.**



**И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет!**



Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Это должны усвоить дети:

- быть здоровым – хорошо, а болеть – плохо;
 - любить физкультуру и спорт;
 - есть много фруктов;
 - мыть руки после загрязнения;
 - быть доброжелательным;
 - гулять нужно каждый день;
 - соблюдать режим дня;
- вырабатывать навыки правильной осанки;
- уметь рассказывать о здоровье, о факторах, разрушающих здоровье;
 - польза гигиены и режима для здоровья;
- зависимость человека от правильного питания;
- техника безопасности и правильного поведения на спортивном участке, в спортивном зале.

**УЛЫБКА
загадка**

**Есть у радости подруга
В виде полукруга.
На лице она живет:
То куда-то вдруг уйдет,
То внезапно возвратится.
Грусть-печаль ее боится.**