



## Новости гр. "Гномик"

### «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!».

Под таким названием прошла наша неделя. Здоровый образ жизни – это образ жизни, который направлен на сохранение и укрепление здоровья человека, а также на профилактику заболеваний. С детьми закрепили, что для



достижения этих целей человеку необходимо быть физически активным, питаться здоровой пищей, следовать правилам гигиены, отказаться от вредных привычек.

Каждый день недели имел определенную тематику. Ежедневно с детьми

проводились беседы:  
«Фрукты полезны взрослым и детям»;  
«Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»;  
«Почему нужно чистить зубы и мыть руки?»;  
«Тело человека»;  
«Если хочешь быть здоров - закаляйся!»;  
«Правильное питание».

