

Сам себе я помогу - я здоровье берегу

Тема здоровья важна для взрослого и, конечно, ребенка.

Сам ребенок мало чего может сделать для себя, но осознает, что простужаться не стоит, одеваться надо по погоде, и хорошо кушать. Родители внушают - будешь есть кашу- быстрее вырастешь. И в детском саду взрослые заботятся о здоровье своих подопечных не меньше мама и пап. Беседы с рассматриванием картинок, просмотры



видео про пользу витаминов, правильного и своевременного питания дают результаты. Ежедневная гимнастика, прогулки на свежем воздухе, спортивные игры и состязания закалке и укреплению защитных сил. Дети любят запечатлевать новые знания на бумаге - вот какие красивые аппликации



также способствуют



получились, а спортсмены - силачи - если поднимать гантели и гири, да заниматься боксом тоже будешь таким крепким. Снег сойдет, и тогда многие будут кататься на велосипедах,

самокатах- а движение способствует аппетиту- это же опять здоровье.

Спортивные соревнования в группе показали ловкость, быстроту и смелость ребят. Было весело, даже если проиграл, ни чего страшного- в другой раз победишь. Все получили награды медали и всех первое место.

