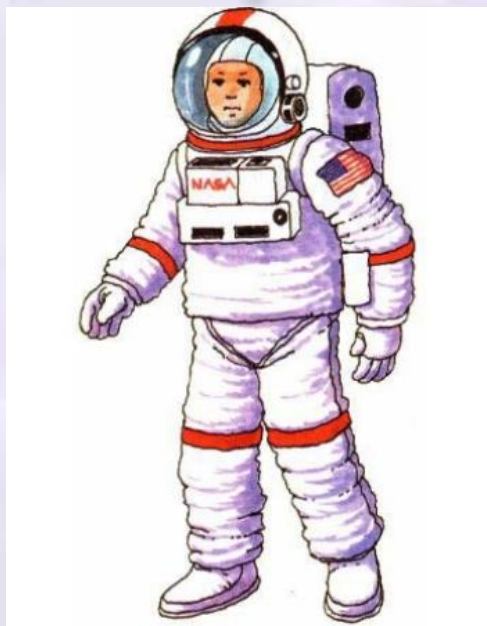



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №61 «Семицветик» Старооскольского городского округа

# «Я здоровье берегу - космонавтом стать хочу»



Воспитатели:  
Проскурина Н.Е.  
Ключникова Е.В.






- Ребята, вы знаете какой праздник будут отмечать в нашей стране 12 апреля? Это День Космонавтики. Кто же такие космонавты? Это люди, летающие в космос, совершающие подвиги.

- А какие они, космонавты? Сильные, смелые, отважные, бесстрашные, решительные, мужественные, здоровые.

12 апреля мы будем отмечать Международный день авиации и космонавтики, а 7 апреля, на всей планете люди отмечают День здоровья. Почему такой день существует? Да потому, что здоровье - это самое дорогое, что есть у человека. Но что же такое здоровье?


- 
- **Здоровье - это когда ничего не болит.**
  - **Здоровье - это красота.**
  - **Здоровье - это сила.**
  - **Здоровье - это гибкость и стройность.**
  - **Здоровье - это выносливость.**
  - **Здоровье - это гармония.**
  - **Здоровье - это, когда утром просыпаешься бодрым и весёлым.**
  - **Здоровье - это, когда ты без труда можешь подняться по лестнице.**
  - **Здоровье - это, когда ты с радостью выполняешь любую необходимую работу.**



Чтоб здоровье  
сохранить,  
Организм свой  
укрепить,  
Знает вся моя  
семья -  
Должен быть  
режим у дня.







**Космонавтом чтобы стать,  
Надо многое узнать,  
Быть проворным и умелым,  
Очень ловким, очень смелым.**

**Космонавтами стать  
хотим,  
На луну мы полетим,  
А для этого нужна нам  
здоровая еда.  
Вот набор продуктов,  
но еще не всех,  
Которые кушать  
нужно, чтоб быть  
здоровее всех.**





Чистить зубы,  
умываться,  
И почаще  
улыбаться,  
Закаляться - и  
тогда  
Не страшна тебе  
хандра.

*Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.*

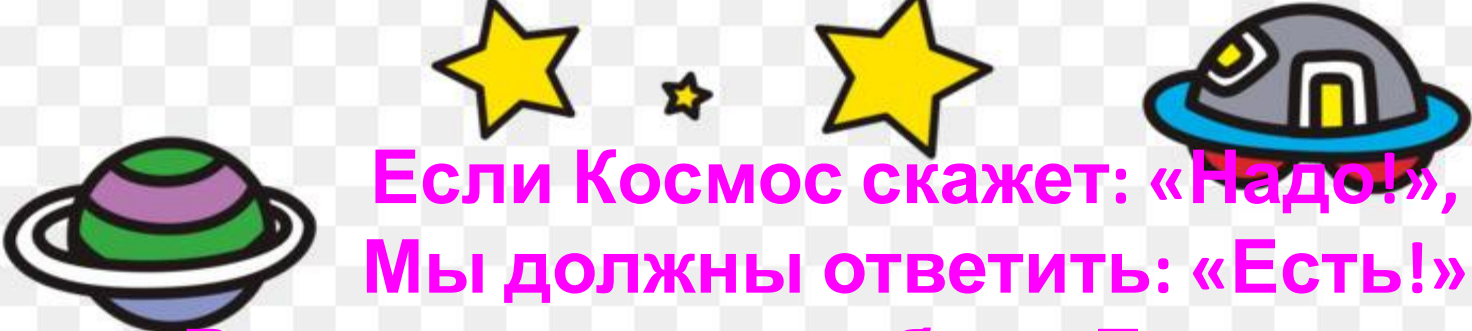


ЧИСТОТА

ЗДОРОВЬЕ

У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.  
Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.  
Вот те добрые советы,  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить.  
Научись его ценить!





**Если Космос скажет: «Надо!»,  
Мы должны ответить: «Есть!»**

**В космонавтике, ребята, Без героев нет чудес!**

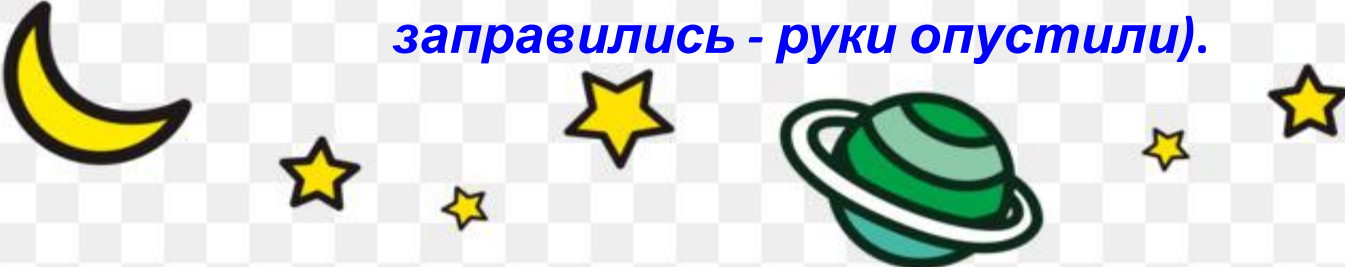
**Подвижная игра «Космонавты»**

**Запускаем мы ракету «У-у-у» (руки над головой в форме конуса);**

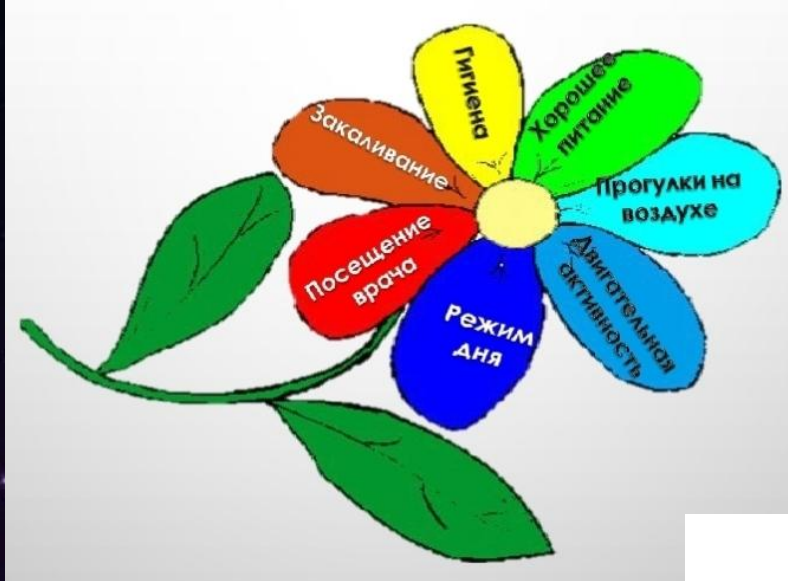
**Завели моторы «Р-р-р» (движения по кругу друг за другом);**

**Загудели «У-у-у» (руки расставили в стороны)**

**На заправку полетели (присели - руки вперёд, заправились - руки опустили).**



# «Здоровый образ жизни»



Спасибо

за внимание!

