|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  \*\*\*Быть здоровым — это модно!Дружно, весело, задорно.Становитесь на зарядку.Организму — подзарядка!Знают взрослые и детиПользу витаминов этих:Фрукты, овощи на грядке —Со здоровьем все в порядке!Также нужно закаляться,Контрастным душем обливаться,Больше бегать и гулять,Не ленится, в меру спать!Ну а с вредными привычкамиМы простимся навсегда!Организм отблагодарит —Будет самый лучший вид!C:\Users\user\Desktop\раскраски\den_zashchity_detey_01.jpg |  | МБДОУ «Атамановский детский сад»комбинированного вида ***Здоровым быть*** ***– здорово!***0e10f8df18d7 Fix Key  **Выполнила: Власова С.И.** Новокузнецкий муниципальный округ, 2021 год. |
|  ***Правила******здорового образа жизни***-Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.живите в определённом режиме труда, отдыха питания;-Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.-Любите своего ребенка, он - ваш. Уважайте членов своей семьи, они - попутчики на вашем пути.-Обнимать ребенка следует не менее четырех раз в день, а лучше — 8 раз.-Положительное отношение к себе - основа психологического выживания. | -Личный пример по ЗОЖ — лучше всякой морали.-Используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух и вода.-Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусные яства.-Лучший вид отдыха — прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка — совместная игра с родителями.- Имейте сильную волю, чтобы приобрести сильные привычки.&CHcy;&acy;&scy;&tcy;&ocy; &Acy;&bcy;&scy;&tcy;&rcy;&acy;&gcy;&icy;&rcy;&ucy;&yucy;&shchcy;&acy;&yacy; &ocy;&tcy; &scy;&icy;&tcy;&ucy;&acy;&tscy;&icy;&icy; Your Vision - &vcy;&acy;&shcy;&icy; &ocy;&ncy;&lcy;&acy;&jcy;&ncy; &bcy;&lcy;&ocy;&gcy;&icy; &vcy; &Kcy;&acy;&zcy;&acy;&khcy;&scy;&tcy;&acy;&ncy;&iecy;-Соблюдайте режим дня. Ложитесь и вставайте в одно и то же время. Это самый простой совет выглядеть красивым, здоровым и отдохнувшим. | Здоровье – это самое дорогое, самый драгоценный дар, который получил человек от природы!KinderundJugend-260x237.jpgДоброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планы, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи. |