«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ»

Группа №6 «Лапушки».

«ЗИМНИЕ ПРОГУЛКИ»



На прогулку выходи, Свежим воздухом дыши. Только помни при уходе: Одеваться по погоде!

СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА – НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ. С НИМИ БУДЕМ МЫ ДРУЖИТЬ, ЧТОБ ЗДОРОВЫМИ НАМ БЫТЬ.





И БЕЗ ВСЯКОГО СОМНЕНЬЯ ЕСТЬ ХОРОШЕЕ РЕШЕНИЕ — БЕГ ПОЛЕЗЕН И ИГРА ЗАНИМАЙСЯ ДЕТВОРА!

ЧИСТИТЬ ЗУБЫ, УМЫВАТЬСЯ, И ПОЧАЩЕ УЛЫБАТЬСЯ, ЗАКАЛЯТЬСЯ, И ТОГДА НЕ СТРАШНА ТЕБЕ ХАНДРА.





МЫ ДРУЖНЫЕ РЕБЯТА,
ПРИШЛИ МЫ В ДЕТСКИЙ САД,
И КАЖДЫЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ ЗАНЯТЬСЯ ОЧЕНЬ РАД!

ТОТ, КТО С СОЛНЫШКОМ ВСТАЁТ, ДЕЛАЕТ ЗАРЯДКУ, ЧИСТИТ ЗУБЫ ПО УТРАМ И ИГРАЕТ В ПРЯТКИ, — ТОТ СПОРТИВНЫЙ ЧЕЛОВЕК, И ВПОЛНЕ ВЕСЁЛЫЙ. ПОСТАРАЙСЯ БЫТЬ ТАКИМ В САДИКЕ ИЛЬ ДОМА.





Я здорова и красива. В этом главная вся сила. Малышей не обижаю, Старших слушаю и уважаю.

НАДО СПОРТОМ ЗАНИМАТЬСЯ, НАДО – НАДО ЗАКАЛЯТЬСЯ! НАДО ПЕРВЫМ БЫТЬ ВО ВСЕМ, НАМ МОРОЗЫ НИ ПОЧЕМ!





КТО С ЗАРЯДКОЙ ДРУЖИТ СМЕЛО
КТО С УТРА ПРОГОНИТ ЛЕНЬ,
БУДЕТ СМЕЛЫМ И УМЕЛЫМ
И ВЕСЕЛЫМ ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ!

МЫ ВО СНЕ ВСЕГДА РАСТЕМ, ОТДЫХАЕМ МЫ ПРИ ТОМ. НАБИРАЕМСЯ ЗДОРОВЬЯ, ДРУЖНО, ВЕСЕЛО ЖИВЕМ!





ЛЮБЛЮ КАТАТЬСЯ НА КАТКЕ
В РАСШИТОМ БЛЕСТКАМИ
ПЛАТКЕ! СИЯТЬ УЛЫБКОЙ
ГЛАЗ И ГУБ!
И ПУСТЬ КАТОК СОВСЕМ НЕ
ТОТ, ГДЕ ЖДЕТ ТЕБЯ
ЗЕРКАЛЬНЫЙ ЛЕД.
НО ОЧЕНЬ ДОРОГ МНЕ
КАТОК,
КАК СВЕЖИЙ ВОЗДУХА
ГЛОТОК!

ЧТОБ ЗДОРОВЫМ БЫТЬ СПОЛНА ФИЗКУЛЬТУРА ВСЕМ НУЖНА. ДЛЯ НАЧАЛА ПО ПОРЯДКУ — УТРОМ СДЕЛАЕМ ЗАРЯДКУ!

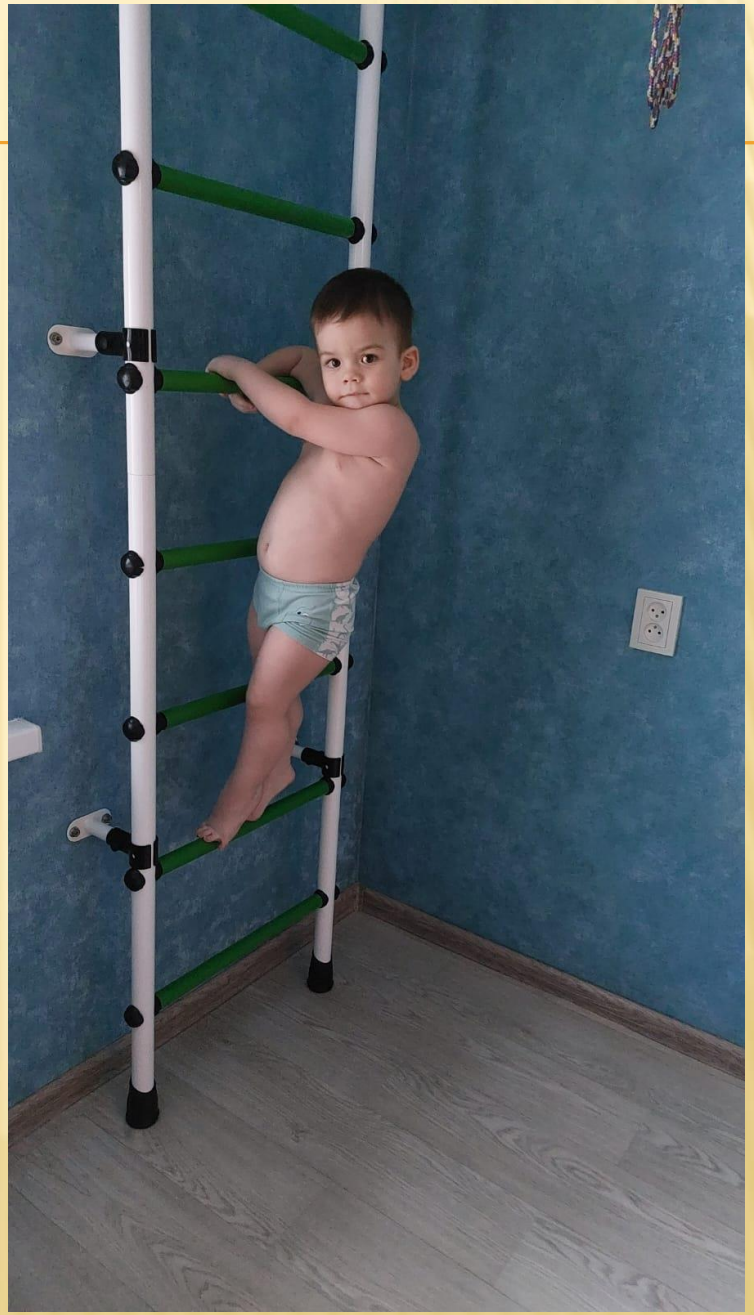


ПЛАВАНИЕ - ЭТО ПРЕКРАСНЕЙШИЙ ДОКТОР. ОНО ПОЗВОЛЯЕТ НАМ НЕ БОЛЕТЬ. ПЛАВАНИЕ ДЕЙСТВУЕТ, КАК ВИТАМИНЫ, И ПОВЫШАЕТ ИММУНИТЕТ.





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





УТРЕННЯЯ ЗАРЯДКА РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ – НАЧИНАЕМ МЫ ВСТАВАТЬ. НУ-КА, БЫСТРО – НЕ ЛЕНИСЬ, НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ!

СОБИРАЕМСЯ ГУЛЯТЬ.
НАДО ШУБКУ
ОДЕВАТЬ.
ВАЛЕНКИ НА НОЖКИ,
БЕГАТЬ ПО ДОРОЖКЕ.
ШАПКУ. ШАРФИК.
РУКАВИЧКИ.
ПРЯЧЕМ В КАПЮШОН
КОСИЧКИ.
НЕ ЗАБУДЕМ САНКИ
ВЗЯТЬ.
ВОТ И ВСЕ! ПОРА
ГУЛЯТЬ.

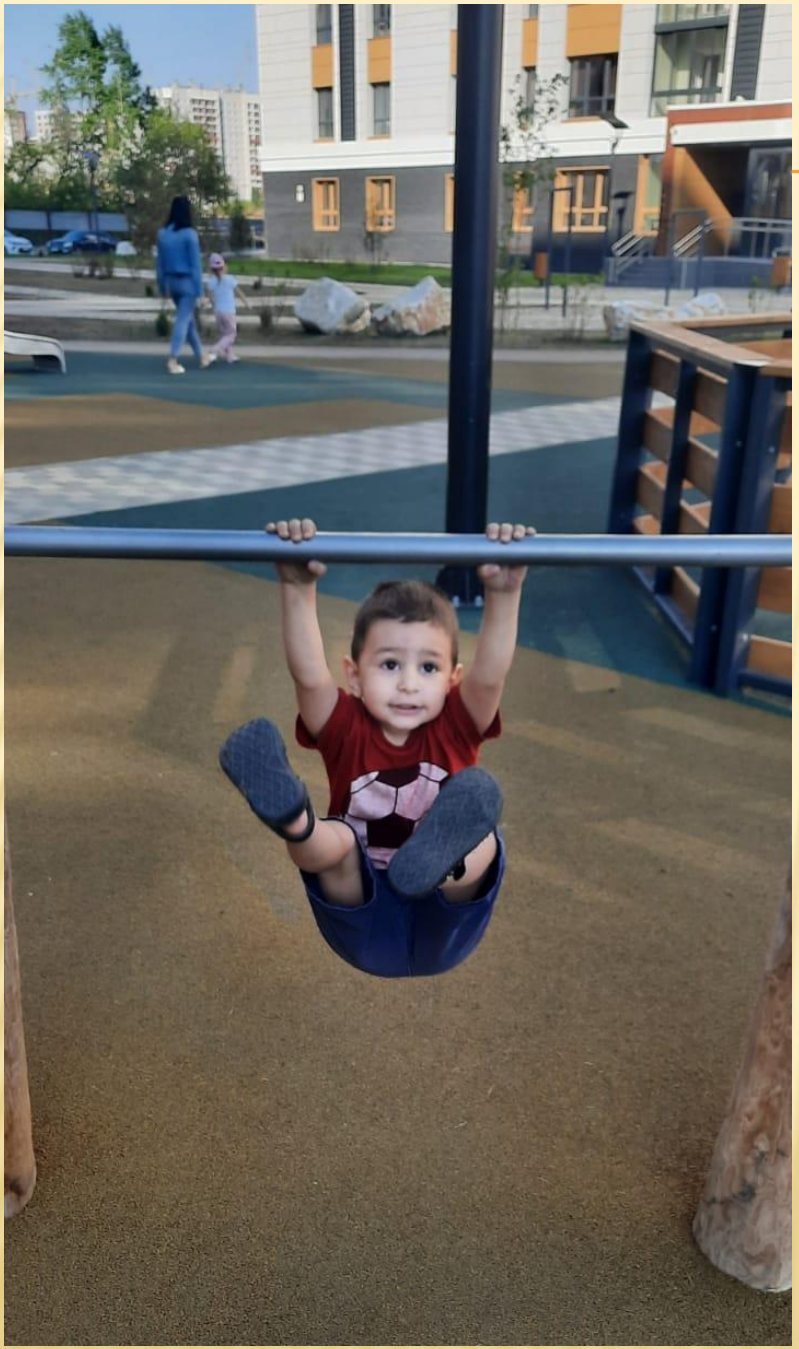




Зимой такая
красота!
Не хочется домой.
Веселье, смех и
теснота
На горке ледяной.
Давно промокли
варежки,
Но мы не
замерзаем.
А мы в снежки,
А мы в снежки,
А мы в снежки
играем!

ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАЖЕН СПОРТ, ЧТОБ БОЛЕЗНЯМ ДАТЬ ОТПОР. НУЖНО СПОРТОМ ЗАНИМАТЬСЯ, И ЗДОРОВЫМ ОСТАВАТЬСЯ!





ФИЗКУЛЬТУРОЙ МЫ
В САДУ
МНОГО
ЗАНИМАЛИСЬ.
НА ЗАРЯДКЕ ПО
УТРАМ
КРЕПЛИ,
ЗАКАЛЯЛИСЬ.

ПЕСНИ КТО ВСЕГДА ПОЁТ И С УЛЫБОЧКОЙ ЖИВЁТ, НИЧЕГО ТОМУ НЕ СТРАШНО – МНОГО ЛЕТ ОН ПРОЖИВЁТ.





ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ — ОСНОВА ИЗ ОСНОВ ДАЁТ НАМ ПОНИМАНИЕ, ЧТО БУДЕШЬ ТЫ ЗДОРОВ!

В РУКАВИЧКАХ
МАЛЕНЬКИХ
СПРЯТАНЫ
ЛАДОШКИ.
ПОМОГИ НА ВАЛЕНКИ
МНЕ НАДЕТЬ
КАЛОШКИ...
НОЧЬЮ ВЫПАЛ
ПЕРВЫЙ СНЕГ.
МЫ ОДЕЛИСЬ
РАНЬШЕ ВСЕХ.
Я САНКИ КАЧУ —
ГУЛЯТЬ ХОЧУ.





НАМ ПОЛЕЗНО БЕЗ СОМНЕНЬЯ ВСЕ, ЧТО СВЯЗАНО С ДВИЖЕНЬЕМ. ВОТ, ПОЭТОМУ РЕБЯТКИ БУДЕМ ДЕЛАТЬ МЫ ЗАРЯДКУ.

ЗИМОЙ В ИГРЫ МЫ ИГРАЕМ ИЛИ КАТИМСЯ С ГОРЫ, МЫ ЗДОРОВЬЕ УКРЕПЛЯЕМ, ОТДЫХАЕМ ОТ ДУШИ!

