

ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ!



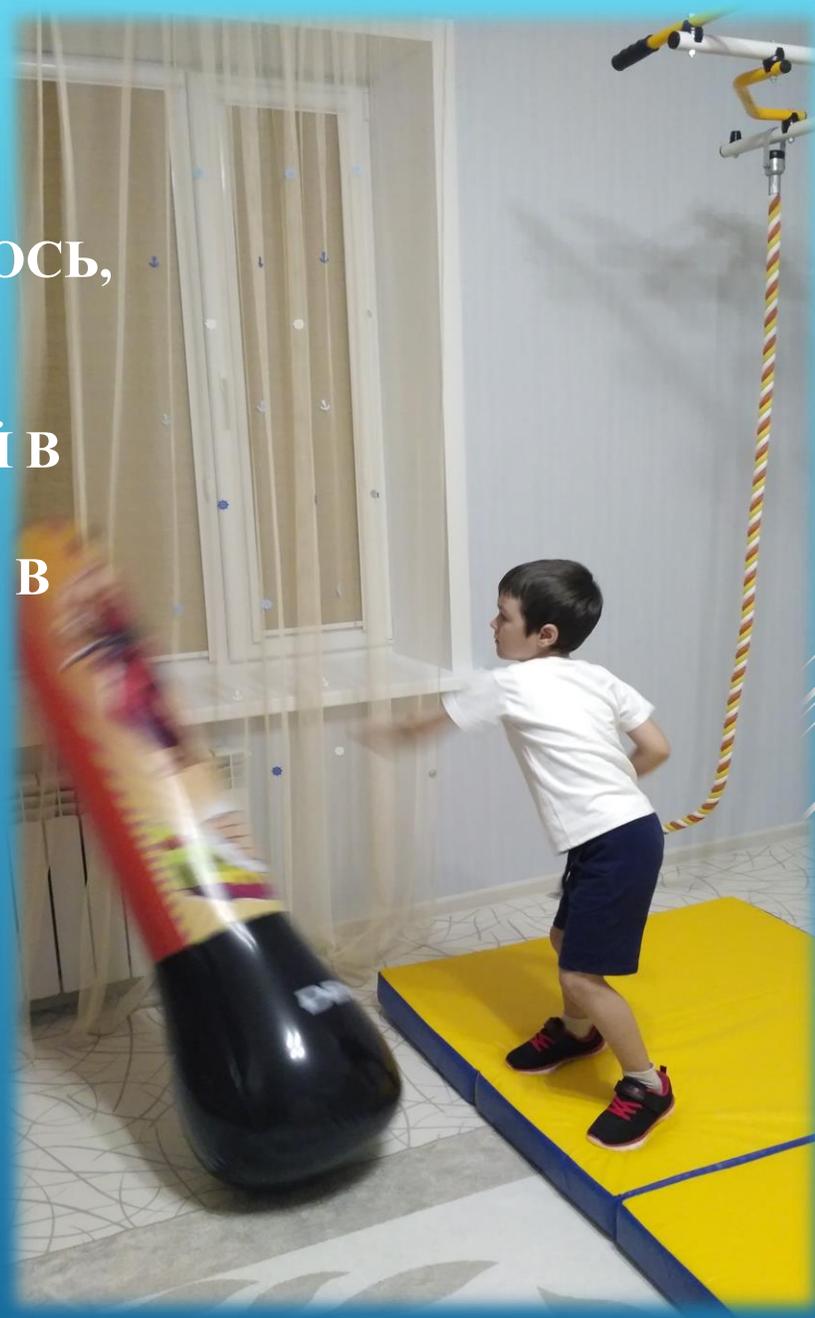
Оздоровительная программа
Янова Павла,
старшая группа № 1,
МБДОУ Детский сад № 1
«Мамонтенок»

**ПО УТРАМ ТЫ ЗАКАЛЯЙСЯ,
ВОДОЙ ХОЛОДНОЙ
ОБЛИВАЙСЯ. БУДЕШЬ ТЫ
ВСЕГДА ЗДОРОВ, ТУТ НЕ
НУЖНО ЛИШНИХ СЛОВ!!!**





ДОМА Я НЕ РАССЛАБЛЯЮСЬ,
АКТИВНО СПОРТОМ
ЗАНИМАЮСЬ!
УГОЛОК СПОРТИВНЫЙ В
ДОМЕ
ПОМОГАЕТ БЫТЬ МНЕ В
ФОРМЕ!







**Папа в магазин
сходил,
сыну ролики купил.
Пусть катается в
аллее –
Будет только
здоровее.**



ДВИЖЕНИЕ – ЖИЗНЬ!



Чтоб быстрее
передвигаться
Научился я кататься.
Велик, ролики и
самокат –
Лучший транспорт
для ребят!

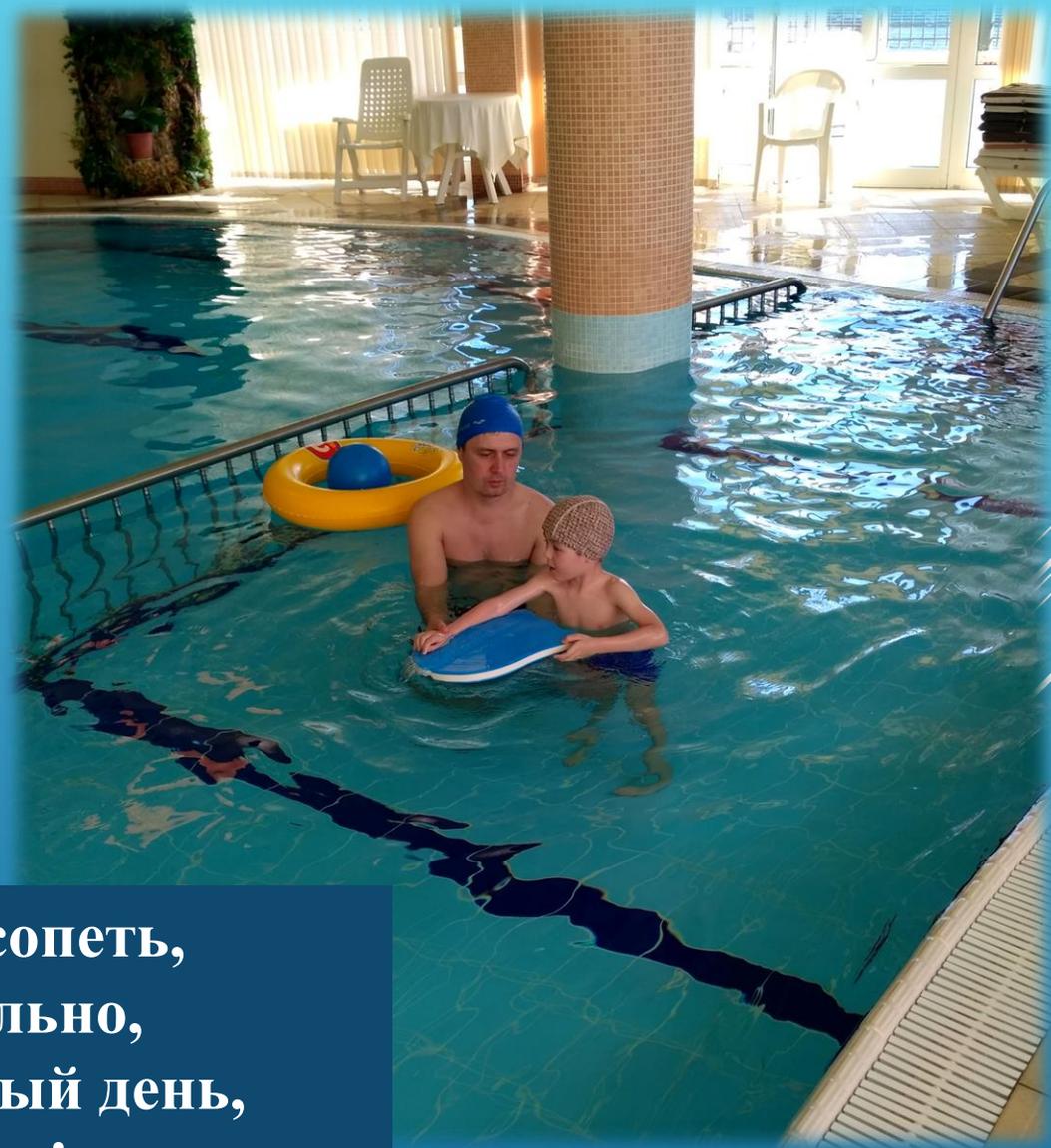


**Я сегодня очень рад,
Мне купили самокат,
Я на улице катался,
По тропинкам быстро мчался.**



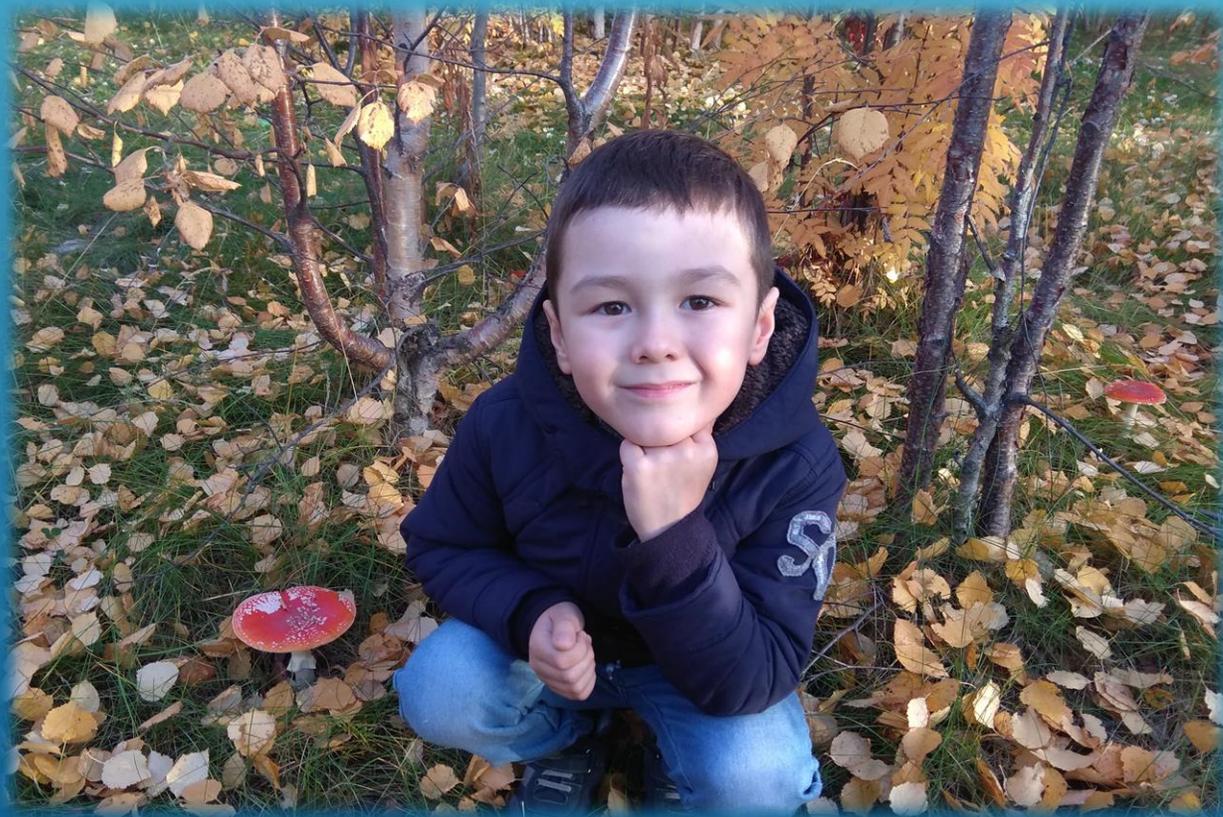
**На самокате я качу,
здоровым вырасти хочу!!**

Всегда и везде – вечная слава воде!



**Чтобы носом не сопеть,
И не кашлять сильно,
Обливаюсь каждый день,
И хожу в бассейн я!**

Чтоб всегда здоровым быть,
нужно нам в поход ходить!
На природе отдыхать,
свежим воздухом дышать!



Чтоб здоровым быть всегда, в любую погоду гуляю я!



Надо, надо закаляться,
надо спортом заниматься.
Нам морозы нипочём,
надо первым быть во всем!





**Здоровый образ жизни –
это сила!
Ведь без здоровья в
жизни никуда.
Давайте вместе будем
сильны и красивы
Тогда года нам будут не
беда!**



Если хочешь стать умелым, быстрым,
сильным, ловким, смелым.
Физкультурой занимайся и водою обливайся,
Никогда не унывай, в ногу весело шагай.