

В период с 15 по 25 марта 2022 года в ДОУ прошел фестиваль физкультуры и спорта «Белый медвежонок».

В рамках фестиваля были организованы спортивные, оздоровительные, досуговые и творческие мероприятия физкультурно – спортивной направленности.

***Здоровье, сила, ловкость-
Вот спорта пламенный завет
Покажем нашу дружбу, смелость
Веселым стартам шлем привет!***



***Хочешь быть здоровым, сильным?
Занимайся спортом ты!
И тогда добиться в жизни,
Сможешь очень много ты!***



*Как усталость победить,
И бодрым всегда быть?
Мы ответим без труда,
Спорт – вот лучшая игра!*



В номинации «Конкурс детской листовки, плаката» был представлен опыт физического воспитания 9 семей воспитанников нашего ДОУ,

Участники фестиваля продемонстрировали опыт организации семейного досуга, формирования навыков здорового образа жизни у детей.

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ!
Составляющие здорового образа жизни:

занятия физкультурой и спортом; двигательная активность;
закаливание организма; рациональное питание;
соблюдение режима дня

Главное в жизни – это здоровье!
С детства попробуйте это понять!
Главная ценность – это здоровье!
Его не купить, но легко потерять!

Здоровый дух – в здоровом теле!
Нет плохому настроению:
не грусти, не хнычь, не плачь
Пусть тебе всегда помогут друзья, прыгалки и мяч
Пусть не станешь ты спортсменом, это, право, не беда
Здоровый дух в здоровом теле пусть присутствует всегда

Нагичев Кирилл, 6 лет, воспитанник Высок МБОУ «Мурманск»

Правильно питайся и спортом занимайся

Помни и, что говорят мамы:
«Старайся: тушь здесь и там».
За руку не раз меня брала.
На спорту лучше вела.
Видела правду – это духом.
Это же имя, только глубок.
Если в детстве нас не уберечь,
То отсюда тяжело излечить.

ПОЛЕЗНО - ВРЕДНО

Ешьте овощи и фрукты -
Это лучшие продукты.
Вас спасут от всех болезней.
Нет вреднее и полезней.
Полар - это здорово.
И с овощами и с мясом.
Витамины нам не сосчитать.
Значит, едим это есть!

На ноги свои обрати ты внимание
Летай глубокой прессы!
Присядем мы по счету,
Раздаем прыжки карьеры
Это нужная работа -
Мысли все превращай!

А теперь прыжки у нас
Мы выпрыгнем сейчас.
На скакалке прыжки начеки
Выше всех скакалки скачет.
Фрукты с мясом съел,
Набегать доскают.

Григорьев Данил, 6 лет, воспитанник Высок МБОУ «Мурманск»
Иванович. Мой здоровый образ жизни
Название: Правильно питайся и спортом занимайся

«Странички здоровья»

Наиболее всеобъемлющей и общепринятой во всем мире является формулировка: «Здоровье – это состояние полного физического, социального благополучия». Выпадение хоть одной из этих структурных частей приводит к утрате целого.

У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борюсь Я каждый день.

Здоровье – это вершина
на которую Я должен
подняться сам!

Быть здоровым – это модно!
Дружно, весело, задорно!
И Я к этому стремлюсь

В жизни главное – здоровье,
согласитесь, все друзья,
И к нему с большой любовью
отношусь всегда и Я!

Будешь здоров, если:

- простишь обидчику;
- протянешь руку помощи;
- не перепадаешь;
- не переутомляешься;
- чаще ешь рыбу;
- много ходишь пешком;
- занимаешься спортом.

Я считаю -здоровье это:

- когда не балуешь;
- занимаешься спортом;
- когда все здоровые ходят;
- занимаешься спортом;
- ешь фрукты, овощи и ягоды;
- когда человек здоров, он все может
- пойти в кафе, в зоопарк, увидеться с друзьями и завести кошку;
- когда человек здоров, он занимается своими делами;
- когда человек счастлив.

**Здоровые дети – в здоровой семье.
Здоровые семьи – в здоровой стране.**

Валдиров Петр, 5 л.
МБОУ г. Мурманск №1
Иванович. Мой здоровый образ жизни
Название: «Страничка здоровья»



*Спорт приходит в каждый дом,
Даже в тот, где мы живем.
Спортом ты скорей займись,
Будь здоровым на всю жизнь!*

