



Т. Семисынова

Если хочешь быть здоров

Малыш, ты хочешь быть здоров,
Не пить плохих таблеток,
Забуть уколы докторов,
И капли из пипеток?

Чтобы носом не сопеть,
И не кашлять сильно,
Обливайся каждый день,
Лей весьма обильно.

Чтоб в учебе преуспеть,
И была смекалка,
Всем ребятушкам нужна
Водная закалка.

**ЗДОРОВЬЕ – это самое дорогое,
самый драгоценный дар, который
получил человек от природы!**

БУДЕМ РАДЫ ВСТРЕЧЕ С ВАМИ!

г. Челябинск,
ул. 40-летия Победы, 31-а
телефон: 8(351)795-63-73
эл. почта: dou.17@mail.ru



VK детского сада



Сайт детского сада



Муниципальное автономное
дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад № 17 г. Челябинска»

**ХУДОЖЕСТВЕННОЕ СЛОВО
В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПРИВЫЧКИ
К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ**



КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

ПОТЕШКИ

Мишка лапки подними,
Мишка лапки опусти Мишка,
Мишка покружись,
А потом земли коснись
И животик свой потри.
Раз – два – три, раз – два — три!

Раз, два, три, четыре, пять,
Время ножкам побежать,
Спинке бодро разогнуться,
Ручкам кверху потянуться.
Десять раз присесть и встать,
Чтобы расхотелось спать.
Десять раз вперед нагнуться,
Десять раз назад прогнуться.
Нет нужней зарядки дела,
Чтоб окрепли мышцы тела.
Упражнений нет важней,
Чтобы стал малыш сильней.

Раз, два, три, четыре —
Топаем ногами.
Раз, два, три, четыре —
Хлопаем руками.
Руки вытянуть пошире —
Раз, два, три, четыре.
Наклониться — три, четыре
И на месте поскакать.
На носок, потом на пятку.
Вместе делаем зарядку!

Малыши-крепьши
Вышли на площадку,
Малыши-крепьши
Делают зарядку!
Раз-два, Три-четыре.
Руки выше! Ноги шире!

Мы ногами топ, топ!
Мы руками хлоп, хлоп!
Мы глазами миг, миг!
Мы плечами чик, чик!
Раз сюда, два сюда
(повороты туловища вправо и влево),
Повернись вокруг себя!
Раз присели, два привстали,
Сели, встали, сели, встали!
Словно ванькой-встанькой стали,
А потом пустились вскачь (бег по кругу)
Будто мой упругий мяч.
Раз – два, раз – два
(упражнение на восстановление
дыхания)
Вот и кончилась игра!

Мы проснулись,
Мы проснулись.
Сладко, сладко потянулись.
Маме с папой улыбнулись.
(Потягиваемся)

Бэла Белова

Песенка про закалику

Я гулять иду в платке,
В тёплых рукавицах.
Кошка Мурка – налегке,
Ветра не боится.

И зимой она, и летом
Всюду ходит босиком,
И при всём, при всём при этом
Грипп ей вовсе не знаком.

И ангины нет у кошки,
И бронхита тоже нет,
Потому что закаляться
Начинала с детских лет.

Т. Семисынова **Закалка**

По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров.
Тут не нужно лишних слов.

