



МАДОУ «Детский сад № 242»

Оздоровительная работа в 1 подготовительной группе

2024-2025





Чтоб здоровым
остаться,
Зарядкой нужно
заниматься.
На зарядку
становись!
С утра здоровьем
зарядись!





После прогулки
И перед обедом,
Руки помоем
С мылом как следует.
Чтобы любые микробы,
бактерии,
С нами еду за обедом не
ели бы.





Раз, два, три, четыре, пять!
Вышли пальчики гулять!
Раз, два, три, четыре, пять!
В домик спрятались опять.





Носиком дышу,
Дышу свободно,
Глубоко и тихо —
Как угодно.
Выполню задание,
Задержу дыхание.
Раз, два, три, четыре —
Снова дышим:
Глубже, шире



Физминутки
нам нужны,
для детей они
важны!





Вы проснулись?
Улыбнулись. Чтоб
совсем проснуться
нужно потянуться.
Потянулись,
потянулись
А теперь прогнулись.



Повернулись все на
спинку
Дружно сделали
корзинку. А теперь
тихонько встанем и на
месте зашагаем.



Свежий воздух
малышам
Нужен и
полезен!
Очень весело
гулять нам! И
никаких
болезней!...



В мире нет рецепта
лучше -
Будь со спортом
неразлучен,
Проживешь сто лет -
Вот и весь секрет!





Приходили
волонтеры
рассказать, что
необходимо делать
что бы быть
здоровым!

