



Где прячется здоровье?

Посмотрите на эти картинки, подумайте, что помогает нам быть здоровыми?
(Да, во фруктах и овощах - много витаминов; чистый воздух, гимнастика, закаливание - оздоравливают человеческий организм. А хорошее настроение так же способствует здоровью нашего тела.)

Теперь поочередно можно нажать на каждую картинку мышкой, чтобы вернуться на этот слайд - нажмите на стрелочку





Посмотрите, людям приходится защищаться от грязного воздуха с помощью масок. Носить их приходится даже детям.

Нажмите на стрелочку





Прежде чем выйти зимой без одежды, нужно под присмотром специалиста систематически закаляться.

Для детей хорошим закаливанием будет ходьба босиком, купание, обливание, принятие солнечных ванн (загорание)

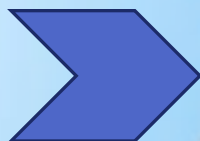
*Нажмите три раза для появления картинок.
Нажмите на стрелочку, для возвращения на первый слайд*



Зарядка укрепляет наши мышцы, делая их сильнее, а нас - более здоровыми и выносливыми. Вспомни, какие упражнения ты знаешь.



Нажми на стрелочку, чтобы вернуться на первый слайд





Каждый доктор скажет, что во фруктах и овощах - много витаминов. Но разве вы видели витаминки в плодах, такие, как продают в аптеках?



Попроси родителей помочь тебе в проведении опыта: «Витаминный сок». Для этого тебе понадобится полстакана воды и аптечные витамины. Витаминки раздавите между двух ложек (*чтобы быстрее растворились*) и порошок засыпьте в воду.

Перемешайте раствор до полного растворения витаминов. Что стало с водой? Какого цвета стала вода? А какой у нее стал запах? Похожа ли стала витаминная вода на фруктовый сок? А вы замечали, что фрукты и овощи - сочные? Сок содержит какую-то часть воды, в которой и растворены витаминки. А правильное питание позволит получать организму человека полезные вещества.

МДОУ № 15 «Огонек» город Буй Костромской области

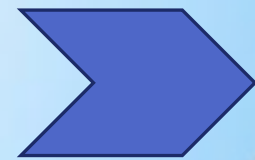
Интерактивная игра «Здоровая еда нужна нам всегда»

Подготовила воспитатель по экологии Плиткина С. А.

Выбери полезную пищу, а неполезную - удали



Нажми на стрелочку, чтобы вернуться на первый слайд





Хорошее настроение
делает хорошим
наше самочувствие.
Что можно сделать,
чтобы настроение
было хорошим?
(улыбнуться,
сказать добрые
слова, послушать
хорошую музыку,
посмотреть
интересный фильм)
Вспомните и скажите
друг другу добрые
слова

Нажми на стрелочку, чтобы вернуться на первый слайд

