

МБДОУ Детский сад № 14 “Ёлочка”

Витальная безопасность



**БЕЗОПАСНОСТЬ
ДЕТЕЙ В
НАШИХ
РУКАХ**

Воспитатель: Сугатова А.Е.

2024 г.

Витальная (личная) безопасность

► **Цель:** приобщать детей к здоровому образу жизни, знакомить с гигиеническими нормами и правилами.

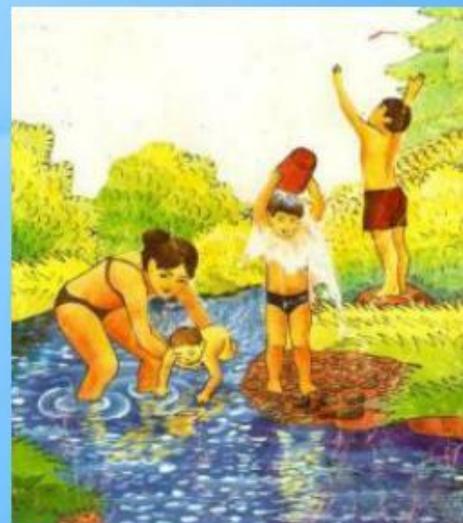
Задачи:

- воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни;
- формировать потребность в бережном отношении к своей жизни и своему здоровью; желание вести здоровый образ жизни;
- развивать интерес к своему телу (его строению и функционированию) и здоровью;
- воспитывать потребность в самостоятельном и постоянном соблюдении правил здоровьесберегающего поведения, привычку соблюдать культурно-гигиенические правила и нормы.

**Хорошо здоровым быть!
Соков надо больше пить!
Гамбургер забросить в урну,
И купаться в речке бурной!!!
Закаляться, обливаться,
Спортом разным заниматься!
И болезней не боясь,
В тёплом доме не таясь,
По Земле гулять свободно,
Красоте дивясь природной!!!
Вот тогда начнёте жить!
Здорово здоровым быть!!!**

Занятие физкультурой и закаливание

День здоровья любят дети
Городов и деревень.
Пусть же станет в целом свете
Днем здоровья каждый день!
Приучи себя к порядку,
Пробуй плавать и нырять -
И отучишься чихать!
Надо с детства закаляться,
Чтоб здоровым быть весь год,
Чтобы к доктору являться,
Если только позовет.





Чистить зубы, умываться.
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.



Перед едой мой руки с мылом



Мышка плохо лапки мыла:
Лишь водичкою смочила,
Мылом мылить не старалась -
И на лапках грязь осталась.

Полотенце - в черных пятнах!
Как же это неприятно!
Попадут микробы в рот -
Может заболеть живот.

Так что, дети, постарайтесь,
Чаще с мылом умывайтесь!
Надо теплою водой
Руки мыть перед едой!



**Апельсины, мандарины,
Груши, сливы и маслины.
Огурцы, салат, петрушка
Это всё вам не игрушка.**



**Яблоки, железа кладёшь,
А гранат-гемоглобин,
В киви тоже пользы много
А в морковке каротин.**

**Мы к чему ведём друзья
Чем питается семья
Это всё есть витамины,
Аскорбины, каротины,**



**Не бывает фруктов много,
Надо фруктов больше есть
Но при этом очень важно,**

**Чтобы зубы не болели,
Чтоб простуда не брала,
Чтоб ангина убежала,
Не болела голова.**



Вот моя подружка,
Милая подушка.
Очень я её люблю
И не с кем не разделю.
Мягкая, удобная,
Весёлая и сдобная.
Из неё цветные сны,
Как из сказочной страны,
Медленно выходят
И по дому бродят.
Звездочки на небе
Высоко горят,
Завтра утром рано
Нужно в детский сад,
А пока с подушкой
Будем крепко спать,
Чтоб легко над нами
Было снам летать.

