



« Вестник 30Ж »



г. Пыть-Ях
2016 год

С Днём Рождения Детский Сад!

По утрам детский садик встречает ребят,
Целый день в нём то песни, то хохот звучат,
Но пропеть "Каравай" мы вдвойне нынче рады -
День рождение у нашего детского сада!
Сколько б лет ни прошло, он всегда наш ровесник,
Столько новых вещей мы узнали с ним вместе,
Здесь и игры, и сказки, и, конечно, друзья!
Ведь без них жизнь ребёнка представить нельзя.
Мы возьмёмся за ручки и споём "Каравай".
С днём рождения, садик! Расти, процветай!





Я ребятам рассказала,
какой режим дня у
меня дома. Даже
сделала альбом об
этом!



Режим дня

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться -
На зарядку становиться!

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

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

Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты -
Вот полезная еда,
Витаминами полна!

На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:
Разболелся получилось,
Знай, к врачу тебе пора.
Он поможет нам всегда!

Вот вам добрые советы,
В них и спрятаны секреты
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

Чтоб здоровье
сохранить, надо
по режиму жить!

Савва, что
надо делать,
чтобы
сохранить
свое
здоровье?





Закалка, спорт,
движение — всех
целей достижение!



В руки ты меня возьми.
Дригать поторой начни.
Раз прыжок и два прыжок,
Угадай, кто я, дружок?



Я его кручу рукой,
И на шее и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу.

Сиди сегодня покажили
Как вертеть-крутить педали.
Скоро буду, как все дети,
Ездить на велосипеде.



Эй веселый, звонкий мяч
Ты куда пустимся скакать
Желтый, красный, голубой
Не упатойся за собой

Агитбригада "Зожики"





Артем, что ты знаешь
о витаминах? Как они
помогают нашему
организму?

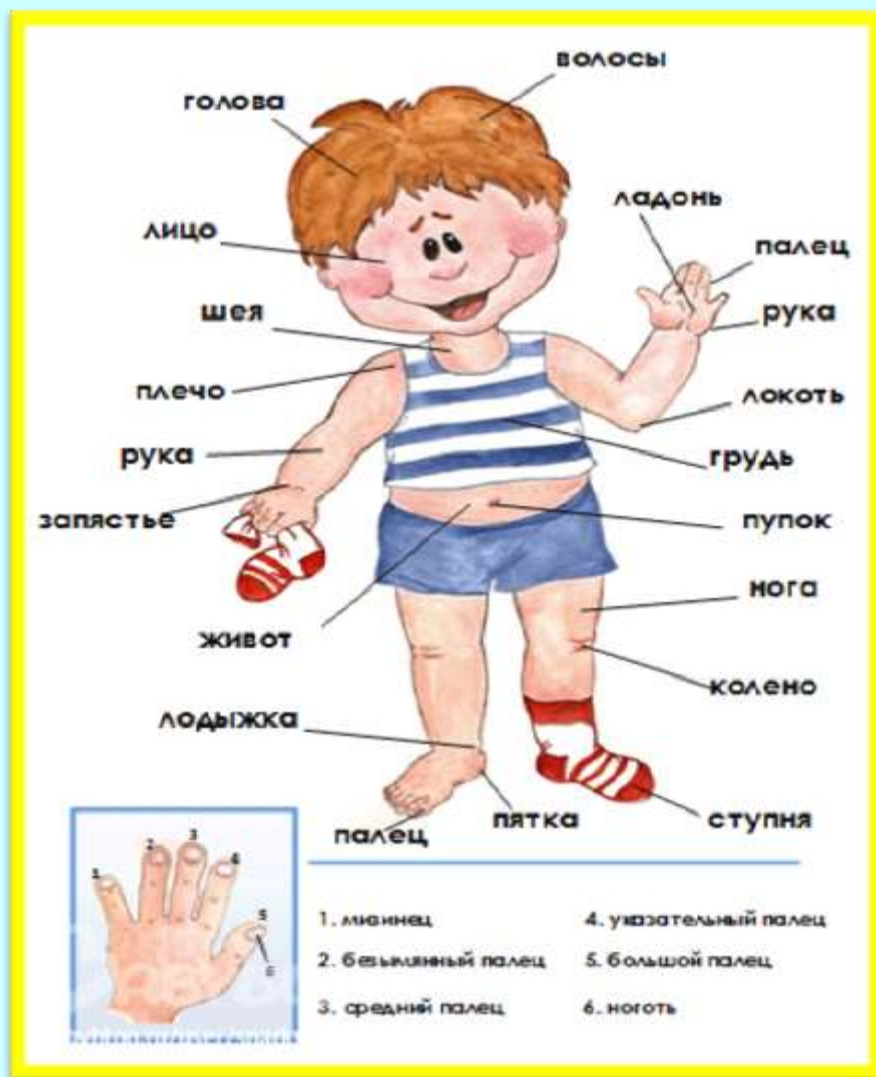
Помни истину простую-
Лучше видит только тот.
Кто жуёт морковь сырую
Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины
Помогают апельсины,
Ну, а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.



а ты ешь виТаМиНЫ?





Скажите, чем человек отличается от обезьяны?

Человек умеет мыслить и говорить!



Страничка для взрослых

Предлагаем вашему вниманию подборку известных цитат и оригинальных афоризмов о здоровье человека. Высказывания, мудрые мысли великих и известных людей всегда обращают на себя внимание. Иногда заставляют улыбнуться, но в большей мере — задуматься.

Афоризмы о здоровье

- ✓ Единственная красота, которую я знаю, — это здоровье. Генрих Гейне
- ✓ Здоровье дороже золота. Уильям Шекспир
- ✓ Чрезмерное наполнение желудка вредно для здоровья. Цельс
- ✓ Все говорят, что здоровье дороже всего; но никто этого не соблюдает. Козьма Прутков
- ✓ Существуют тысячи болезней, но здоровье бывает только одно. Карл Людвиг Бёрне
- ✓ Судите о своем здоровье по тому, как вы радуетесь утру и весне. Генри Дейвид Торо
- ✓ Здоровье не ценят, пока не приходит болезнь. Томас Фуллер
- ✓ Без здоровья невозможно и счастье. Виссарион Григорьевич Белинский
- ✓ Единственный способ сохранить здоровье — есть то, что не любишь, пить то, что не нравится, и делать то, чего не хочется делать. Марк Твен
- ✓ Мы пьем за здоровье друг друга и портим собственное здоровье. Джером Клапка Джером
- ✓ Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь. Квинт Гораций Флакк

Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам. Сократ

Пословицы о ЗДОРОВЬЕ

- ✓ Здоровье дороже богатства.
- ✓ Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.
- ✓ Утро встречай зарядкой, вечер провожай прогулкой.
- ✓ Сладко есть и пить, по врачам ходить.
- ✓ В здоровом теле - здоровый дух.
- ✓ Добрым быть - долго жить.
- ✓ Ходи больше, жить будешь дольше.
- ✓ Недосыпаешь - здоровье теряешь.
- ✓ Болезнь ищет жирную пищу.
- ✓ Заболеть легко, вылечится - трудно.
- Кто много лежит, у того бок болит.
- Умеренность - мать здоровья.
- Чистота - залог здоровья



Вестник ЗОЖ для родителей и детей

Выходит 1 раз в месяц

г.Пыть-Ях, мкр. 2, д. 6 «а», д/с «Родничок»

Авторская группа: ДЕТИ старшей «Б» группы

Редакторы: Пантелеева М.В., Шляхова Т.В.

Типография: Дорожинская О.В.