МБУ «ЛИЦЕЙ №6»

# Семейный проект
# по становлению у дошкольников ценностей здорового образа жизни

Авторы: семья Казак Софьи
Педагог: Баландина Светлана Петровна

Тольятти

# Давайте познакомимся!

## Это моя семья.

Вот мама Светлана и папа Руслан.

А это я – Софья, и мой старший брат Гера.

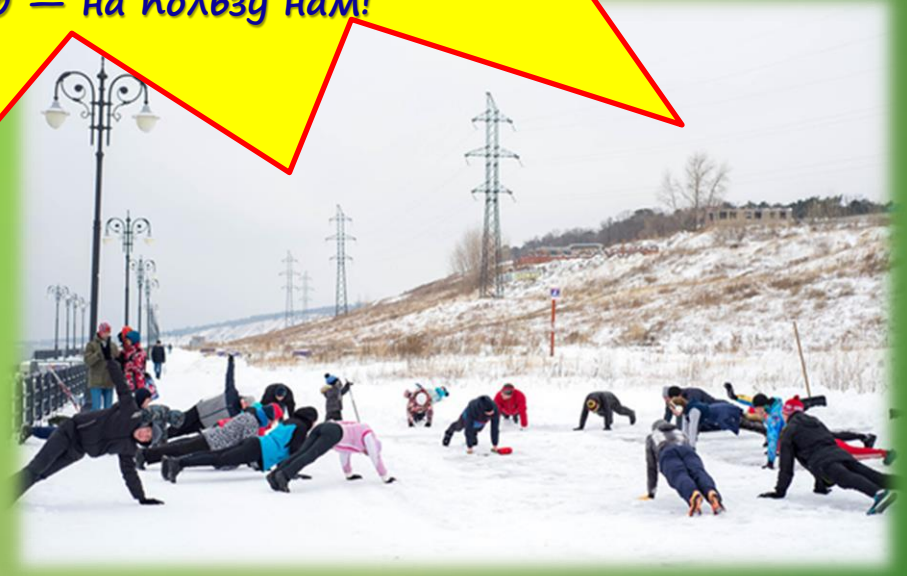
Вся наша семья ЗА здоровый образ жизни!

В наше время быть здоровым – модно и престижно!

Мы к здоровью на пути, разрешите нам пройти
К стадионам и бассейнам, тренажёрам, турникам,
Ведь здоровый образ жизни очень нравится всем нам.

Наша семья ведет здоровый активный образ жизни. Большую часть свободного времени мы уделяем спорту и прогулкам на свежем воздухе, даже в плохую погоду.

Рано утром мы встаём,
На зарядку все идём,
Потому что физкультура
Укрепляет мускулатуру.
Физзарядка по утрам
Не во вред — на пользу нам!



Попробуй делать каждый день зарядку утром!
Будет лень вначале, но привыкнешь скоро…
Здоровым станешь – это клёво!

Мы активно отдыхаем и здоровье укрепляем.
Ни на что не сетуем, что и всем советуем.

Любит вся наша семья,
По Земле гулять свободно,
Красоте дивясь
природной!!!

Всей семьёй в поход мы ходим,
Отдыхаем на природе.
Бегаем и загораем.
Так здоровье укрепляем.

Здоровая, красивая, мамочка любимая!
Много бегает и ходит, активно свободное время проводит.

От занятий физкультурой
Будет стройная фигура
Нам полезно без сомненья
Все, что связано
с движеньем.

Ну и я не отстаю,
с мамой тоже я бегу!

# Массовый забег «Самарская миля» 4 ноября 2018 года

Футбол — чудесная игра,
Мы понимаем это ясно,
И ходим всей семьей на стадион
«Болеть» за папу не напрасно.

Наш папа каждой
клеточкой влюблен
В занятие, название
которому ФУТБОЛ.
И жизнь его ему подчинена,
Футбол – наверное,
его судьба.

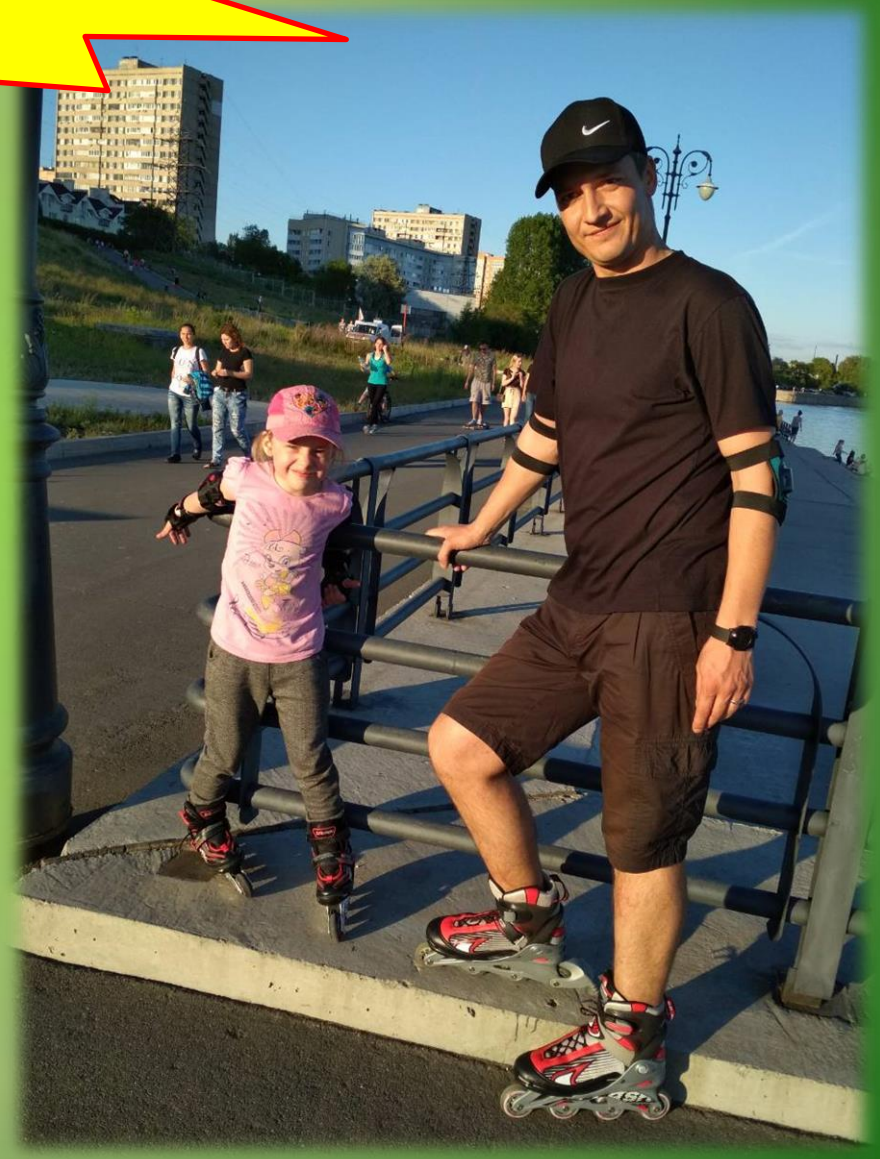
Команда папы сильная,
И ей всегда везет!
Оле-Оле «ТОАЗОВЦЫ»
Вперед! Вперед! Вперед!

В спорте нет
Путей коротких,
И удач случайных нет.
Узнаёт на тренировках
Брат мой формулу побед.

Главное в жизни – это здоровье! С детства стараюсь я это понять.
Главная ценность – это здоровье! Его не купить, но легко потерять!

Здоровый образ жизни Я выбрала, друзья!
Купаться, бегать, прыгать!
Лежать, сидеть –нельзя!
Зарядка, физкультура и дома, и в саду.
Что надо для здоровья,
Я в спорте все найду.

Ой, как папа здорово
На «роликах»
катается!



Папа в магазин сходил,
Софье ролики купил.
Пусть катается в аллее –
Будет только здоровее.
Позвонил домой скорей:-
Собирайся, дочка.
Нужно спортом заниматься.
Всем – на роликах кататься!

Прежде чем за стол нам сесть, мы подумаем, что съесть!
Все мы помним:
вредные продукты организм отравят и здоровья не прибавят!

Чтобы мне здоровой быть,
Надо овощи любить.
Свёкла, репка, лук, морковь –
Моя первая любовь.

Наша семья старается все свое свободное время проводить с пользой для здоровья, поэтому мы все здоровы и счастливы вместе!

Мы за здоровый образ жизни

Чтоб здоровье раздобыть,
Не надо далеко ходить.
Нужно нам самим стараться,
И всё будет получаться.

Спортивным быть
Теперь вновь модно!
Со спортом много ты поймёшь:
Спорт – и здоровье без таблеток,
Спорт – и веселье без забот.
Семьей всей спортом заниматься,
Поверь, реально круглый год!

Не ленись все это делать
Ведь здоровье очень важно!
Быть здоровым человеком
В нашей жизни – это классно!