

# «МОЁ ЗДОРОВЬЕ»



*«Ем я много витаминов  
Укрепляю дисциплину.  
Я хочу здоровым быть,  
Чтобы Родине служить.  
Нам здоровья не купить  
За ним нужно всем следить.  
Лучше с ранних лет начать,  
Ни минуты не терять».*  
Василий Бойчук

Слово «здоровье» является одним из самых частых, которое использует человек. Даже приветствие при встречах и расставаниях мы связываем с этим словом: «здравствуйте», «будьте здоровы» и другие.

Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья так как это - основное условие и залог полноценной и счастливой жизни.

Для родителей нет ничего дороже здоровья ребенка. Зачастую встречается, что крепкими здоровьем рождаются не все дети. Но это проблема решаема в современном мире. Однако нередко бывает, что ребенок с ослабленным здоровьем вырастает сильным и выносливым. Каково будет здоровье ребенка в будущем напрямую зависит от отношения родителей к такой категории как здоровье ребенка.



Здоровье ребенка необходимо укреплять с самого его рождения, постоянно прививать ребенку привычку мыть руки до и после еды, приучать ребенка одеваться тепло, держать в тепле голову и ноги. Ребенок должен с самого раннего возраста понимать, что здоровье складывается не только из профилактических действий по предотвращению болезней и простуд, но он должен понимать, что чистота – залог здоровья.

На протяжении недели в нашей группе проходили тематические занятия, посвященные здоровью, уходу за ним и профилактики болезни. В течении недели мы с ребятами вели беседу о здоровом образе жизни, о гигиене, рассматривал раздаточные материалы и изучали сказки, такие как: «Мойдодыр», «Доктор Айболит» и т.д.

