

Газета для детей и их родителей
МБДОУ «Детский сад №149» г.о. Самара

«Спортик» Выпуск №1

Тема выпуска: Спортивная осень - 2020



«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь»

Гиппократ

Со спортом дружить-здоровыми быть!

Каждое утро наших воспитанников
начинается с зарядки!



Занятия в кружке «Здоровячок»
проходят под девизом:

«Вместе весело шагать за здоровьем
в детский сад»

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: разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора. Он поможет нам всегда!
Вот те добрые советы, в них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить. Научись его ценить!



И, конечно же, физическая активность. А физическая активность является лучшим методом не только поддержания тонуса организма, но и улучшения настроения. В нашем в детском саду стало доброй традицией проведение спортивных развлечений, участие в соревнованиях и спортивных праздниках.

23 октября 2020 года в группе «Незабудка» прошло спортивное развлечение «От веселых стартов - до Олимпийских вершин!»

Физкультурные развлечения в детском саду - это всегда зрелищные и радостные события. Их всегда ждут, к ним готовятся и они надолго остаются в памяти у детей.



Здоровье, сила, ловкость -
Вот спорта пламенный завет
Покажем нашу дружбу, смелость
Веселым стартам шлем привет!



8 сентября 2020 года воспитанники группы № 1 "Маргаритка" приняли участие в соревнованиях "Веселые старты" на призы Детского благотворительного фонда депутата В.А. Воропаева.

**Будьте всегда здоровы, к нормам
ГТО готовы!**

**Пресс качаю, отжимаюсь,
Приседаю, наклоняюсь,
Тренирую мышцы ног,
Чтоб быстрее бегать мог**



**01.11.2020г. В Спортивном
комплексе «Виктория 2»
воспитанники группы
«Земляничка» приняли участие в
«Легкоатлетическом многоборье»**

**Сегодня стали мы сильнее.
Сегодня стали мы дружнее.
Сегодня проигравших нет,**



**Есть только лучшие из лучших.
Спасибо Вам и до свидания!
До новых встреч в спортивном
зале.**



**05.12.2020г. Семья Воеводиных и
семья Анпиловых из группы
«Незабудка» приняли участие в
Спортивных соревнованиях «Папа,
мама, я –спортивная семья!» среди
МБДОУ Промышленного района
г.о. Самара**

**Спорт в нашей жизни значит немало.
С детства твердила об этом мне мама.
В нашей семье мы со спортом дружны.
Нам состязания очень нужны!**