

Я И МОЙ ОРГАНИЗМ

Презентация подготовила
Инструктор по физической культуре
ГБДОУ №37 Невского района
Гуцева Юлия Дмитриевна

ЗДРАВСТВУЙТЕ, РЕБЯТА!



Сегодня мы
отправимся в
путешествие по
нашему телу и узнаем,
как оно устроено!



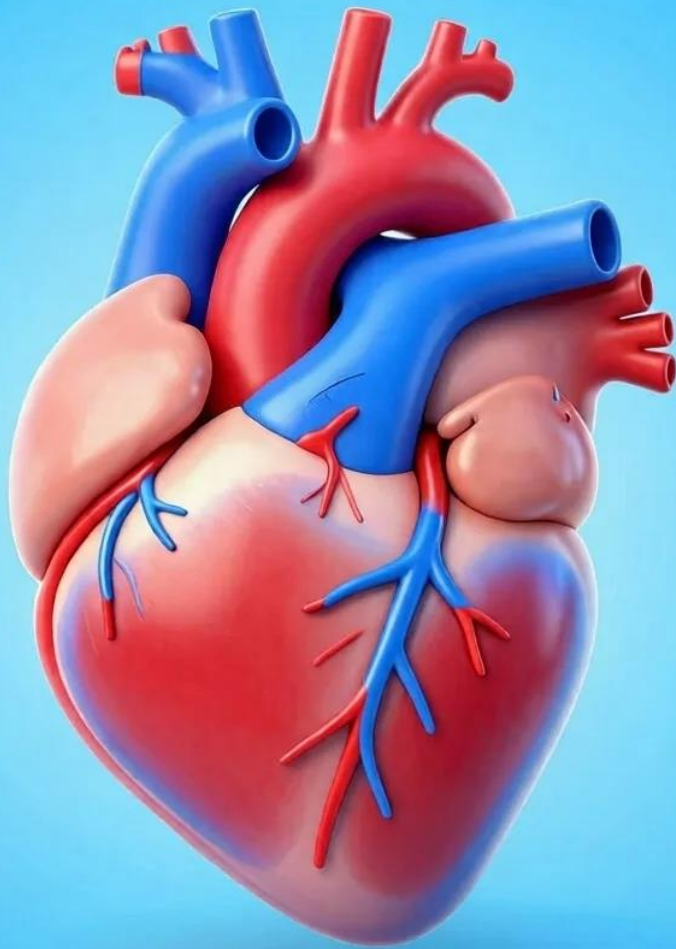
НАШЕ ТЕЛО – ЧУДО!

У каждого из нас есть
голова, руки, ноги,
живот, спина, шея.
Всё это – части
нашего тела!



КАК РАБОТАЮТ МЫШЦЫ?

Мышцы помогают нам двигаться: бегать, прыгать, поднимать игрушки. Без мышц мы не смогли бы даже улыбаться!



СЕРДЦЕ – НАШ МОТОР!

Сердце – как
моторчик. Оно качает
кровь по всему телу,
чтобы мы были
бодрыми и сильными!



ПОЧЕМУ ВАЖНО ДВИГАТЬСЯ?

Когда мы бегаем, прыгаем, играем, наши мышцы и сердце работают лучше. Движение делает нас здоровыми!



ЗАРЯДКА ДЛЯ ВСЕХ!

Каждое утро полезно делать зарядку. Это помогает нам проснуться и быть веселым и бодрым весь день!



ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ!

Чтобы быть здоровым,
нужно не только
двигаться, но и
заботиться о себе:
умываться, чистить
зубы, гулять на свежем
воздухе!



ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ!

Игры на улице – это
очень весело и полезно!
Они укрепляют наше
тело и поднимают
настроение!



ВРЕД МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ!

Если долго сидеть на месте, тело устает и становится слабым. Давайте больше двигаться!



МЫ – ДРУЖНАЯ КОМАНДА!

Наше тело – наш
друг! Заботиться о
нем – значит быть
сильным, здоровым и
счастливым!

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!