**«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»**

Хорошо здоровым быть!

Соков надо больше пить!

Закаляться, обливаться,

Спортом разным заниматься!

И болезней не боясь,

В теплом доме не таясь,

По Земле гулять свободно,

Красоте дивясь природной!

Вот тогда начнете жить!

Здорово здоровым быть!

***Почему солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья?***

Эти природные факторы помогают закалить и укрепить организм.

 Наша цель способствовать обогащению представлений малышей об объектах неживой природы, развивать познавательную способность детей к экспериментированию.

Помочь в развитии внимания, зрительной , слуховой чувствительности, физическому и психическому здоровью детей.

Солнце



Расскажите детям, что Солнце дает свет и тепло. Солнце полезно для нашего здоровья. Для детей полезно загорать, потому, что солнышко посылает в своих лучах нам витамин «Д», который делает наши ноги крепкими и сильными. В сильную жару необходимо носить головной убор и долго не загорать на солнце.

Воздух



Объясните детям ,когда мы дышим свежим воздухом, в легких происходит активная циркуляция воздуха и газообмен. Вдыхая кислород полной грудью, учащается дыхание, наше сердце начинает биться чаще, и кровеносная система начинает функционировать так, как ей положено. Отчего мы чувствуем бодрость и легкость в теле. Кроме того, прогулки на свежем воздухе помогают нам закаливаться и не болеть.

Вода



Обратите внимание детей на воду, которую мы пьем и используем при приготовлении пищи, и она, так же как и воздух, должна быть чистой. Ведь в нашем организме большое количество жидкости, и, если она будет грязной, организм будет болеть или просто не сможет жить. Еще вода помогает поддерживать нам чистоту: мы моем руки, умываемся, принимаем душ (смываем с себя грязь, вредных микробов). Вода помогает нам убрать свое жилище, мыть полы, посуду – все это делает наш дом и нас чистыми и здоровыми.

 *Выучите вместе с детьми стихи:*

|  |  |
| --- | --- |
| Надо спортом заниматься, Надо-надо закаляться!Надо первым быть во всем,Нам морозы ни почем!Солнце воздух и вода-Наши лучшие друзья! | Нас солнца луч смешит и дразнит,Нам нынче весело с утра. И вместе с нами всюду рядомНаши лучшие друзья:Солнце, воздух и вода!С ними будем мы дружить,Чтоб здоровыми нам быть.По утрам ты закаляйся,Водой холодной обливайся.будешь ты всегда здоров.Тут не нужно лишних слов. |

Предлагаем вам видео познавательных экспериментов с водой, воздухом, светом.

<https://youtu.be/MAGVSWD6UfM>

<https://www.facebook.com/watch/?v=1063676937070533>

<https://youtu.be/VQDe6fNLH84>

<https://youtu.be/_f4ct4yqcrc>

*подготовила воспитатель Коломиец Н.А.*