***Подготовила: воспитатель, Левичева Ксения Анатольевна,***

***МДОУ «Детский сад № 33», города Ярославля.***

*Загадки про здоровый образ жизни*

Очень яркая девица Летом прячется в темнице.

Любят зайчики и детки

В свежем виде и в котлетках.

Эта рыжая плутовка

Называется.. . *(морковка)*.

Я – и свежий, и солёный,

Весь пупырчатый, зелёный.

Не забудь меня, дружок,

Запасай **здоровье впрок.** *(огурец)*.

Жёлтый цитрусовый плод

В странах солнечных растёт.

Витаминов кладезь он,

А зовут его.. . *(лимон)*.

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. *(Мыло.)*

Мойдодыру я родня,

Отверни-ка ты меня,

И холодною водою

Живо я тебя умою. *(Кран с водой.)*

Зубов много, а ничего не ест. *(Расческа.)*

У нее с утра дела:

Чистит зубы добела. *(Зубная щетка.)*

Два Егорки живут возле горки,

Живут дружно, а друг на друга не глядят. *(Глаза.)*

Не сеют, не сажают, сами вырастают. *(Волосы.)*

Всегда во рту, а не проглотишь? *(Язык.)*

Всю **жизнь ходят в обгонку,**

А обогнать друг друга не могут. *(Ноги.)*

Этот конь не ест овса.

Вместо ног - два колеса.

Сядь верхом и мчись на нем,

Только лучше правь рулем. *(Велосипед.)*

Есть, ребята, у меня

Два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих,

Что за кони у меня? *(Коньки.)*

Мы - проворные сестрицы,

Быстро бегать мастерицы,

В дождь - лежим,

В снег - бежим,

Уж такой у нас режим. *(Лыжи.)*

Я шагаю по квартире,

Приседаю: три-четыре.

И уверен твёрдо я,

С нею ждёт успех меня! *(зарядка)*.

Можно радоваться птицам,

Можно просто веселиться,

Можно воздухом дышать

Вместе весело… *(гулять)*.

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: *«шайбу!»*, *«мимо!»*, *«бей!»* -

Там идёт игра — … *(хоккей)*.

Он — холодный, он — приятный,

С ним дружу давно, ребята,

Он водой польёт меня,

Вырасту **здоровым я!** *(душ)*.

Знаю, есть на свете чудо,

Есть такое волшебство:

Поднесёшь под кран с водою –

Вмиг смывает грязь оно! *(мыло)*.

Есть ещё у нас друзья,

Позабыть о них нельзя.

Чтоб красиво улыбаться,

Чаще надо нам встречаться!

*(зубная щётка и паста)*.

Чтобы сил тебе хватало

Бегать, прыгать и играть,

В самый полдень на кроватку

Нужно лечь и отдыхать.

Это значит, что у нас

По режиму… *(тихий час)*.