

И. В. Меньшов

Валеораскраска

ВОСЕМЬ ПРАВИЛ И ВОСЕМЬ ДРУЗЕЙ ЗДОРОВЬЯ

На основе валеонгруппек



Общакин



Настроелкин



Движелкин



Невредилкин



Распоряделкин



Питалкин



Закалялкин



Умывалкин

Правило № 1 здорового образа жизни:
распорядок дня и Друг здоровья Распоряделкин



Совет от Друга здоровья Распоряделкина:

Распорядок дня соблюдай
И здоровье укрепляй.

Правило № 2 здорового образа жизни:
закаливание и Друг здоровья Закалялкин



Совет от Друга здоровья Закалялкина:

Свое тело закаляй
И здоровье укрепляй.

Правило № 3 здорового образа жизни:
отсутствие вредных привычек и Друг здоровья Невределкин



Совет от Друга здоровья Невредилкина:

Вредные привычки исключай
И здоровье укрепляй.

Правило № 4 здорового образа жизни:
личная гигиена и Друг здоровья Умывалкин



Совет от Друга здоровья Умывалкина:

Личную гигиену соблюдай
И здоровье укрепляй.

Правило № 5 здорового образа жизни:
межличностное общение и Друг здоровья Общаликин



Совет от Друга здоровья Общаликина:

Вежливость в общении соблюдай
И здоровье укрепляй.

Правило № 6 здорового образа жизни: поддержка хорошего настроения и Друг здоровья Настроелкин



Совет от Друга здоровья Настроелкина:

Песнями и танцами настроение улучшай
И здоровье укрепляй.

Правило № 7 здорового образа жизни:
правильное питание и Друг здоровья Питалкин



Совет от Друга здоровья Питалкина:

В питании меру соблюдай,
Полезные продукты потребляй
И здоровье укрепляй.

Правило № 8 здорового образа жизни:
двигательная активность и Друг здоровья Движелкин



Совет от Друга здоровья Движелкина:

Прыгай, бегай и играй –
Свое здоровье укрепляй.

Валеораскраска «Восемь правил и восемь друзей здоровья» (на основе валеоигрушек, изготовленных **ООО «Ивановская фабрика игрушки»**) – это педагогическое средство для формирования представлений и ценностей здорового образа жизни у детей с раннего возраста в дошкольных организациях и/или через самостоятельное применение детьми (текст читают взрослые: родители, специалисты дошкольных организаций).

Валеораскраска «Восемь правил и восемь друзей здоровья» (здоровьеобучающая раскраска) разработана на основе валеоигрушек (здоровьеобучающих игрушек): «Друг здоровья Распоряделкин», «Друг здоровья Закалялкин», «Друг здоровья Невредилкин», «Друг здоровья Умывалкин», «Друг здоровья Общалкин», «Друг здоровья Настроелкин», «Друг здоровья Питалкин», «Друг здоровья Движелкин».

Наиболее целесообразно применение валеокраски для здоровьесоблюдения детей с раннего возраста в комплекте с валеоигрушками и валеокурсом для дошкольников «Восемь правил и восемь друзей здоровья» (на основе валеоигрушек).

В валеораскраске (*valeo* от лат. «быть здоровым») представлены правила здорового образа жизни и валеоигрушки: распорядок дня и валеоигрушка «Друг здоровья Распоряделкин», закаливание и валеоигрушка «Друг здоровья Закалялкин», отсутствие вредных привычек и валеоигрушка «Друг здоровья Невредилкин», личная гигиена и валеоигрушка «Друг здоровья Умывалкин», межличностное общение и валеоигрушка «Друг здоровья Общалкин», поддержка хорошего настроения и валеоигрушка «Друг здоровья Настроелкин», правильное питание и валеоигрушка «Друг здоровья Питалкин», двигательная активность и валеоигрушка «Друг здоровья Движелкин».

Валеораскраска на каждой странице содержит название правила здорового образа жизни, образ валеоигрушки для раскраски и совет от «Друга здоровья».

Текст о правиле здорового образа жизни и совет от «Друга здоровья» читают взрослые: специалисты дошкольных организаций или родители.

Валеораскраска «Восемь правил и восемь друзей здоровья» рекомендована для детей 3–8 лет.

Меньшов Игорь Викторович – кандидат педагогических наук, автор учебных изданий по формированию здорового образа жизни: «Восемь правил и восемь друзей здоровья», «Валеокурс для дошкольников «Восемь правил и восемь друзей здоровья» (на основе валеоигрушек) для дошкольников и младших школьников, «Валеомаршрут школьника» для школьников, «Культура здоровья студентов» для студентов.

Игорь Викторович Меньшов
Валеораскраска
ВОСЕМЬ ПРАВИЛ
И ВОСЕМЬ ДРУЗЕЙ ЗДОРОВЬЯ
(на основе валеоигрушек)

Учебное издание

Подписано в печать 01.12.2018 Формат 60x84/8.
Печ. л. 0,93. Тираж 20000 экз. Заказ

Верстка Е. Е. Семенова

Издательство «ЛИСТОС» 153045,
г. Иваново, ул. Хвойная, 23 8-920-676-65-23
kniga@listos.biz www.listos.biz

УДК 373:613.95 (075)
ББК 74.005.5:71.065.2:51.289я7
ББК Ч400.55:Ч10.652я7
М 513

Меньшов И. В.

Валеораскраска «Восемь правил и восемь друзей здоровья» (на основе валеоигрушек): учебн. наглядное пособие/Иллюстрации Т. Ушаковой. – Иваново: ЛИСТОС, 2018. – 8 с.

ISBN 978-5-6041759-3-4



9 785604 175934

ISBN – 978-5-6041759-3-4

© Меньшов И. В.
© ООО «Ивановская фабрика игрушки»