



# **Здоровьесберегающие технологии в начальной школе**

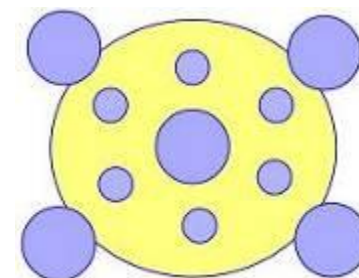
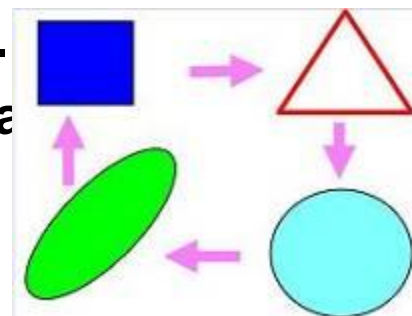
**«Здоровье – это состояние  
полного физического, душевного и  
социального благополучия, а не  
только отсутствие болезни или  
физических дефектов».**

**В.А.**

**Сухомлинский.**

# Виды физкультминуток

- Упражнения для снятия утомления.
- Упражнения для кистей рук.
- Гимнастика для глаз.
- Гимнастика для слуха.
- Упражнения корректирующие осанку.
- Дыхательная гимнастика



Большое значение имеет микроклимат в классе, ведь ребенок только тогда будет с удовольствием ходить в школу, если в чистом, уютном классе его встречает добрый взгляд учителя и его друзья-одноклассники.







Россия - Родина моя!

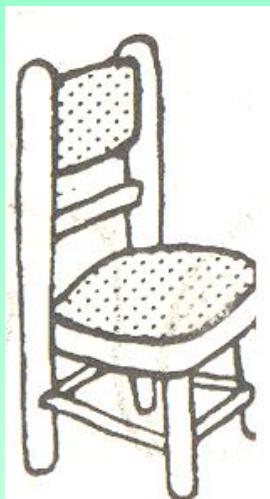












# Стул

**Ножки, спинка и сиденье –  
Вот вам стул на удивленье.**

Левая ладонь вертикально вверх.  
К ее нижней части приставляется кулачок  
(большим пальцем к себе).













# Работа в группах, в парах.





# Игры на перемене







$$4 \times 2 = 8$$

ПРОИЗВЕДЕНИЕ









# Игры на свежем воздухе

Игры - это отличный способ отвлечься, настроиться на новый лад или просто поднять себе настроение. Ведь, как известно, с хорошим настроением всегда легко учиться.







CTSPORT  
SPECIAL THERAPY

BO







НЕПРАВИЛЬНО



ПРАВИЛЬНО

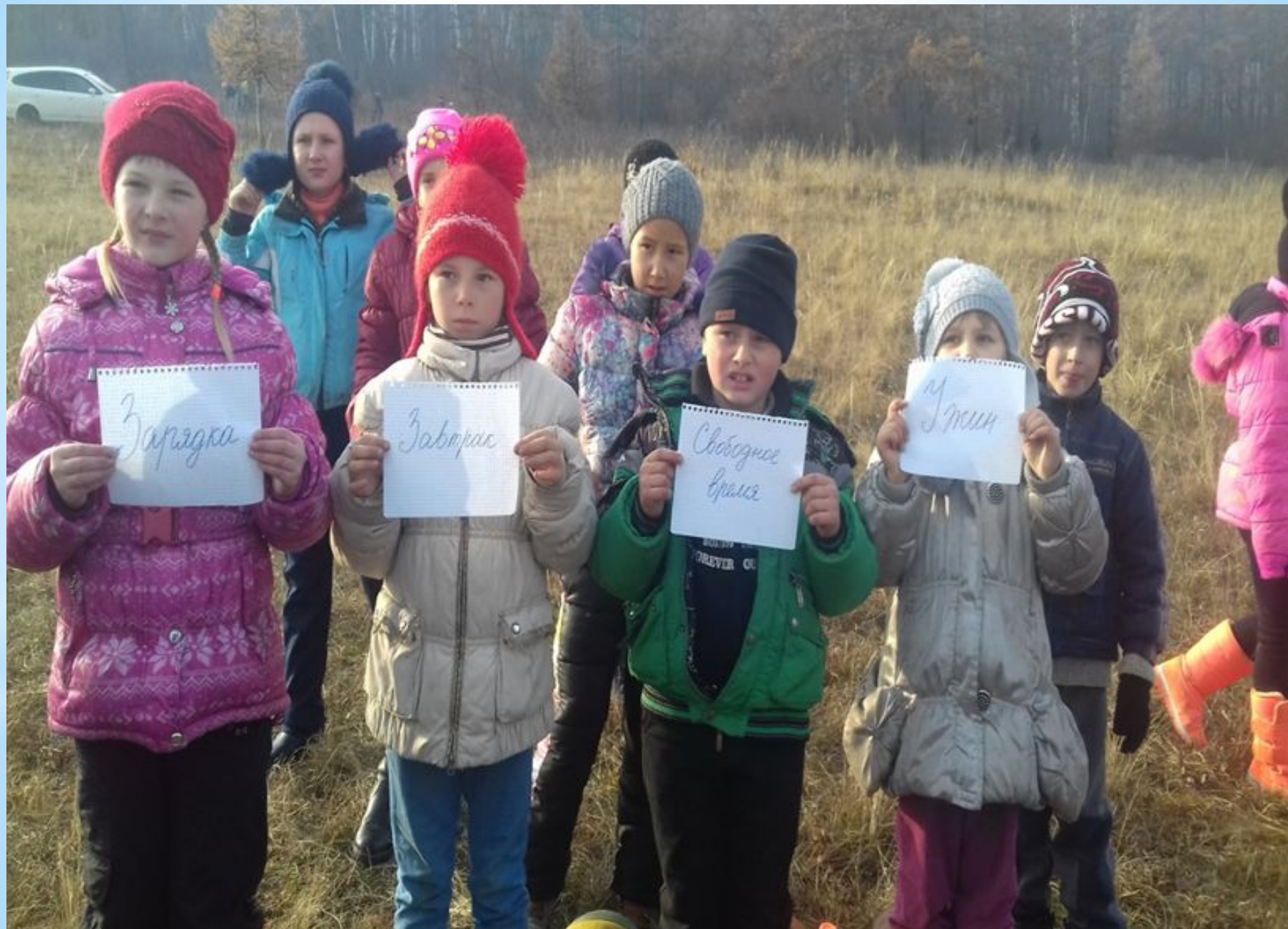












Зарядка

Завтрак

Соборные  
Игры

Ужин
























**«Чтобы сделать ребёнка  
умным и рассудительным,  
сделайте его крепким и здоровым».**

**Ж.-Ж.  
Руссо**







**Будьте здоровы!**  
**Спасибо за**  
**внимание!**