

Здоровье – это радость

Каждый день по утрам
Делаем зарядку.
Очень нравится нам
Делать по порядку.



Физминутка на занятии помогает нам отдохнуть и расслабиться.



Физкультурное занятие

Физкультура – враг болезней!

Всем известно с детских лет.

В жизни средства нет полезней

От телесных разных бед.



Режим дня

Полноценное питание



Активная прогулка



Зимние развлечения на прогулке

Что за чудная пора,
Веселится детвора.
Санки, лыжи и коньки
Поиграем мы в снежки



После сна ходьба по корректирующим дорожкам



Спортивные игры



Крепкий здоровый сон



Гигиеническая гимнастика после сна

