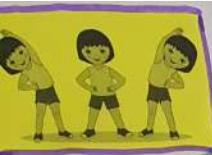


МЫ ЗДОРОВЫМИ РАСТЕМ



А наши, то ребята
не устанные барахолы.
Все делают, как нужно,
Шагают в ногу дружно.
Вот так, Вот так, Вот так!
Умнят все разом.
С друзьями встать на лягушки,
Вздохнуть и подпрыгнуть.
Присесть и разогнуться.
Вот так, Вот так, Вот так!



**Солнце, воздух и вода –
Наши лучшие друзья.**
С ними будем мы дружить,
Чтоб здоровыми нам быть.



Ем я много витаминов
Укрепляю дисциплину.
Я хочу здоровым быть,
Чтобы Родине служить.
Нам здоровья не купить,
За них нужно всем следить.
Лучше с ранних лет начать,
Ни минуты не терять.



Чтобы быть всегда здоровым,
Нужно бегать и скакать.
Больше спортом заниматься,
И здоровым не скучать.



Спорт не любят ленивых,
Тех, кто быстро сдается.
Ненадежных, трусивых.
Он над ними смеется,
Блеск склонен он очень.
И тем, кто духом силен,
И победой дарует
Лишь выносливым он.



Будь спортивным и здоровым!
Спортивным быть теперь вновь модно!
Со спортом много ты поймешь:
Спорт – и здоровье без таблеток,
Спорт – и веселье без забот.
С друзьями спортом заниматься,
Поверь, реально круглый год!
Мороз – хоньки ты одеваяешь,
Затем на лыжи уж вставашь.
Попробуй делать каждый день
Зарядку утром! Будет лень:
Вначале, но привыкнешь
скоро...
Здоровым станешь – это клево!



Тот, кто с солнышком встает,
Делает зарядку,
Чистит зубы по утрам
И играет в прятки, —
Этот спортивный человек,
Изюминка веселый.
Постарайся быть таким
В школе или дома.

технологии
сохранения
и стимулирования
здоровья

- ❖ Гимнастика пробуждения
- ❖ Динамические паузы (физкультминутки и, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз)
- ❖ Порядковые и спортивные игры
- ❖ Пальчиковая гимнастика
- ❖ Дорожки (тропинки) здоровь
- ❖ Гимнотерапия (гимнастика мозга)

Технологии обучения
здравому образу жизни

- ❖ Физкультурные занятия (по программе)
- ❖ Утренняя гимнастика
- ❖ Занятия в бассейне
- ❖ Занятия по формированию ЗОЖ
- ❖ Физкультурные досуги, градиенты (работа с родителями)
- ❖ Допобразование (О-ФП, ритмика, хореография)
- ❖ Точечный самомассаж (дети с частными ОРЗ)

Коррекционные
Технологии

- ❖ ЛФК
- ❖ Арт-терапия
- ❖ Музикотерапия
- ❖ Сказкотерапия
- ❖ Психогимнастика
- ❖ Артикуляционная гимнастика
- ❖ Администрессовый массаж
- ❖ Смехотерапия
- ❖ Аромотерапия
- ❖ Изогротерапия
- ❖ Самомассаж
- ❖ Су-Джок терапия