

РОЛЬ СЕМЬИ В ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



**Подготовила:
Воспитатель
Атавина Н.М.**

**Ежедневная, утренняя
гимнастика, проводимая в
игровой форме
Даёт отличный заряд
бодрости на весь день.**



**Пальчиковая
гимнастика
проводится,
минимум, два раза в
день.**



**Проводимые в соответствии с расписанием и
дозированными нагрузками.**



Физкультурные занятия



**Использование
теннисных мячей для
массажа кистей рук.**



**При проведении гимнастики
для глаз можно просто
использовать свои пальчики
«стрельба глазками».**



**Артикуляционная гимнастика,
проводится два раза в день .**



**Растирание сухими
махровыми варежками.
Растирание способствует
улучшению
кровообращения.**



**Массаж голеностопного
сустава
при помощи ребристой
дорожки.**



**Холода не бойся, сам по пояс мойся.
И смекалка нужна, и закалка важна.**

