

# Мы здоровые ребята!

Малыши, малыши –  
Дружные ребятки.  
Малыши, малыши  
Вышли на зарядку.

Раз-два-три, раз-два-три,  
Ноги поднимайте.  
Раз-два-три, раз-два-три,  
Веселей шагайте.



Разве не веселая игра  
– **кольцеброс?**

А если метание колец  
еще и сопровождается  
музыкой, то игра ста-  
новится еще более ве-  
селой и интересной.  
Такая оригинальная  
игрушка **нам** очень  
нравится, мы играем в  
неё с удовольствием,  
развиваем мелкую мо-  
торику, точность, гла-  
зомер, внимание, тер-  
пение, ловкость, мет-  
кость.

Мы играем в боулинг, это очень увлекательная игра. В игре задействованы разные группы мышц, что положительно сказывается на нашем здоровье, в игре мы развиваем глазомер.



*Силачом я стать решил,*

*К силачу я поспешил:*

*- Расскажите вот о чем,*

*Как вы стали силачом?*

*Улыбнулся он в ответ:*

*- Очень просто.*

*Много лет, ежедневно,*

*встав с постели,*

*Поднимаю я гантели.*

Мы с детьми каждый день проводим дыхательную гимнастику, она позволяет организму малыша правильно развиваться. Она очень полезна для здоровья. При помощи несложных упражнений улучшается кислородный обмен в организме, стимулируется работа кишечника и сердца.



Дыхательная гимнастика для детей, отличающихся гиперактивностью, приносит двойную пользу.

Нам очень нравится массаж, ведь он оказывает разносторонний оздоровительный эффект. Массаж способствует улучшению им-



мунитета, усиливается кровообращение, ткани и клетки организма получают больше питательных веществ, повышается работоспособность сердца.

К тому же центральная нервная система в результате воздействия на рецепторы может стимулироваться или успокаиваться.

В нашей группе мы провели акцию «Уголок здоровья», в результате в нашем спортивном уголке появился новый инвентарь, изготовленный руками родителей, который мы активно используем в нашем физическом развитии. Огромное спасибо родителям за участие в акции.



Презентацию подготовила воспитатель Любич Ольга Ярославовна

Редактировала и разместила старший воспитатель Подрядчик Вера Валентиновна