

## Сохранение и укрепление здоровья детей



Утренняя гимнастика





## Утренняя гимнастика на прогулке в летний период



## Занятия физической культурой





## Тематическое физкультурное занятие «Космос»



Самомассаж





**Гимнастика с массажными мячами**



**Гимнастика с карандашом для развития мелкой моторики**



## Промывание носовых проходов водой



## Использование нестандартного оборудования







Массажеры для профилактики плоскостопия



Балансир для равновесия



Массаж рукавичками после сна



Силовые гантели



Самостоятельные занятия с тренажером «эспандер»



## Использование «дорожки здоровья» после сна



## Здоровьесберегающие технологии на прогулке



## «Мостик здоровья»





**Воздушные ванны «Контрастное босохождение»**



**Прогулки на свежем воздухе**



## Формирование навыков здорового образа жизни



## Знакомство с лыжами



## Обыгрывание сюжета «Зимний спорт» на макете





Дидактические игры о здоровье и спорте









## Игра «Спортивное лото»



## Логические игры по теме «Спорт и здоровье»



## Пропаганда ЗОЖ в семьях воспитанников

### Кружок «Здоровячок»





## Нетрадиционная физкультура

### «Все дело в шляпе»





## Спортивные досуги и развлечения



## Тематические эстафеты



## Дни здоровья



## Семейные соревнования





## Детско-родительский турслет



Информационный материал о ЗОЖ



## Зимний спортивный досуг



«Папа, мама, я и санки!»