



**Здоровье сберегающие технологии**

**в домашних условиях**

Забота о здоровье детей – важнейшая задача всего общества.

Данная задача должна осуществляться не только педагогами образовательных учреждений, но и родителями.

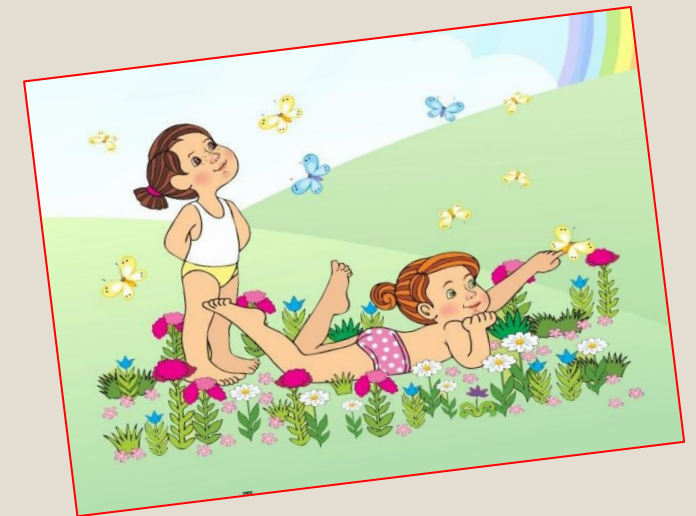
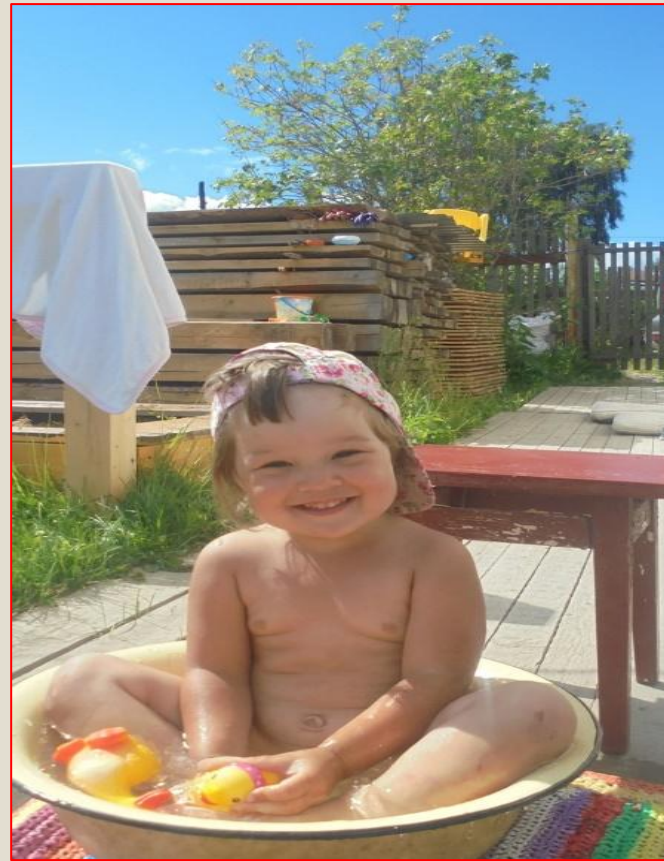
Здоровье сберегающие технологии – это дыхательная гимнастика, распевки, артикуляционная гимнастика, игровой самомассаж, речевые игры, пальчиковые игры и пр.

Они помогают развивать музыкальные способности детей, укрепляют здоровье и являются одним из средств физического развития ребенка.

# Закаляем горло и умываемся



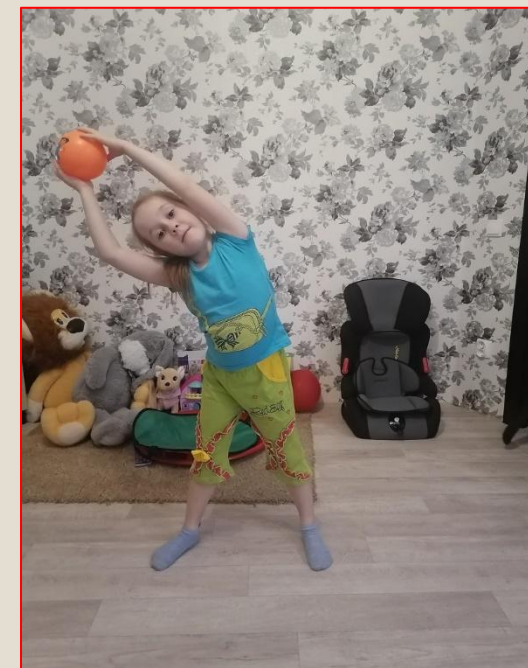
# Принимаем водные и воздушные процедуры



# Делаем зарядку



# Укрепляем организм



## Делаем гимнастику с мячом



# Развиваем дыхание





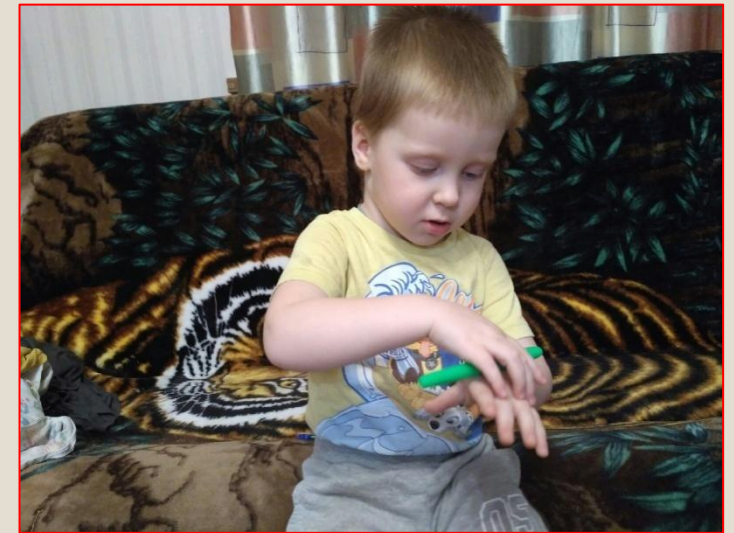
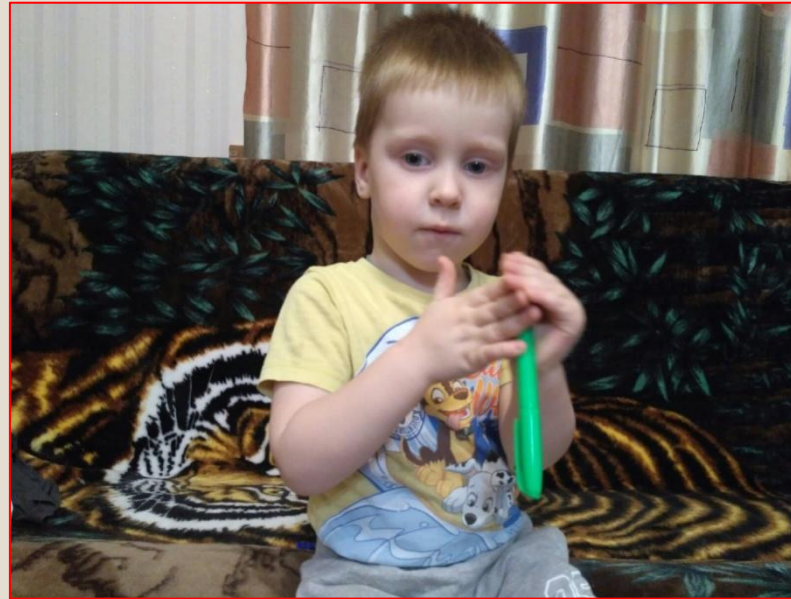
# Много гуляет, играем, дышим свежим воздухом



# Читаем книги о здоровье человека



# Делаем пальчиковую гимнастику



# Делаем самомассаж



**Береги платье снову,  
а здоровье смолоду.**

**Здоров будешь — все добудешь.**

**Здоровому все здорово.**

**(народная мудрость)**