



Старшая группа  
«Чебурашка»  
дружит со  
спортом и весело  
осваивает основы  
здорового образа  
жизни.



Доброе утро  
начинается с зарядки!





АКТИВНО ОТДЫХАЕМ НА ПРОГУЛКЕ!





Увлекаемся водными процедурами и массажем.



# Воспитанники подготовительной группы за здоровый образ жизни

Упражнение «Сбей кегли»  
(развиваем меткость)



Упражнение «Переползи через препятствие»  
(развиваем ловкость, быстроту)



Утренняя гимнастика



Хождение по массажным коврикам



Оздоровительная гимнастика после дневного сна



Умывание прохладной водой



Полоскание рта



Подвижные игры во время прогулки



Учимся ходить на лыжах

