

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 23 «Брусничка»  
Подготовительная к школе группа № 6 «Солнышки»*

# *«Здоровье в наших руках»*



*Воспитатели: Мишагина И.В.  
Томилова И.С.*

*Мы за ЗОЖ !!!*





# Дыхательная гимнастика



# Утренняя гимнастика





# Активная двигательная деятельность



























# Мытье рук после прогулки





# Мытье ног после прогулки



# Упражнения для правильной осанки





Упражнения для  
развития  
моторики рук





# Хождение босиком по массажным коврикам





# Гимнастика после сна

