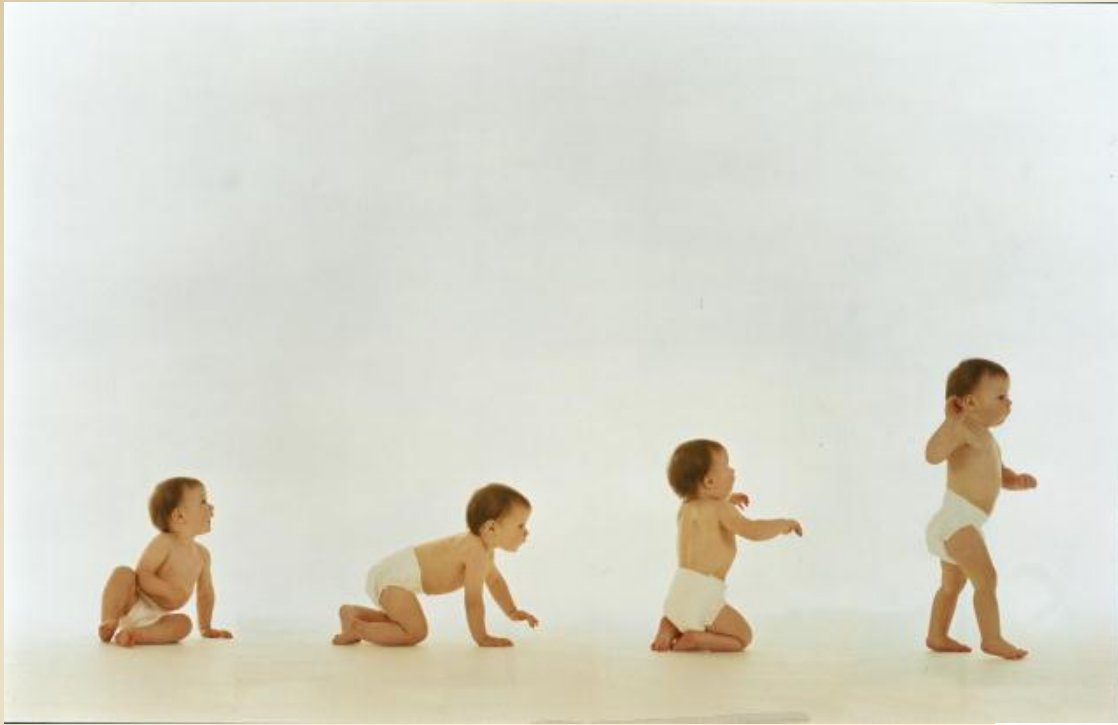


Народная мудрость гласит:

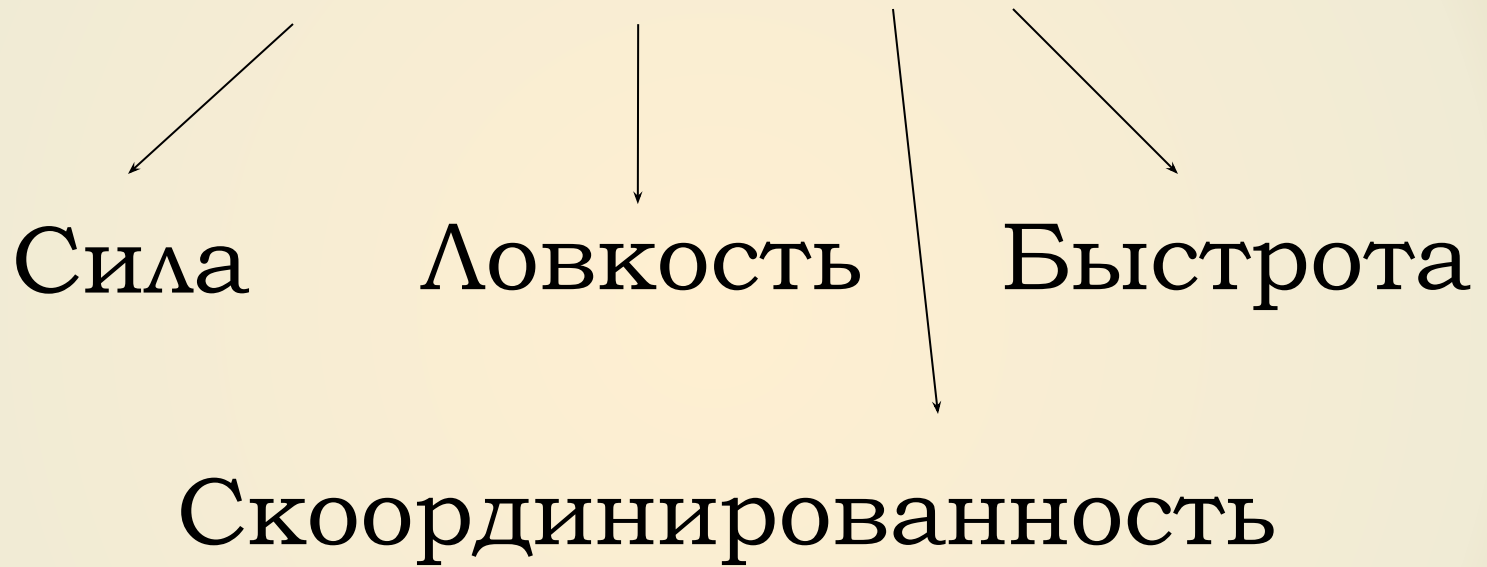
*«Тело без движения подобно
стоячей воде, которая портится,
плесневееет и гниет»*



ДВИЖЕНИЕ – это эффективное
лечебное средство.



Показатели НПР в раннем возрасте



К.Д. Ушинский, прекрасно зная природу детского организма, писал:

«Дитя требует деятельности беспрестанно и утомляется не деятельностью, а ее однообразием и односторонностью. Заставьте ребенка сидеть – он очень скоро устанет, лежать – тоже самое, идти он долго не может, не может долго ни говорить, ни петь, ни читать и менее всего долго думать, но он резвится и движется целый день, переменяет и перемешивает все эти деятельности и не устает ни на минуту, а крепкого детского сна достаточно, чтоб возобновить детские силы на будущий день»



Физическое развитие человека
проявляется в таких основных свойствах,
как

□ *сила*

□ *быстрота*

□ *ловкость*

□ *гибкость*

□

выносливость

BEG



ЛЫЖИ



ПЛАВАНИЕ



ЕЗДА НА ВЕЛОСИПЕДЕ



ХОДЬБА



ДЫХАНИЕ



«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегаёт, кричит, пусть он находится в постоянном движении»

Спасибо за внимание!