



Что такое здоровый образ жизни?



✓ правильное питание

✓ здоровый сон

✓ занятия спортом

✓ режим дня

✓ гигиена и закаливание



**Ребята группы «Светлячок» приняли участие в Акции «Дошколята! Всем на ГТО!» в рамках программы «Всероссийский спортивно-физкультурный комплекс в жизни дошколят».**

**На 1 этапе** были проведены теоретические занятия на тему «Здоровый образ жизни и ВФСК «ГТО».

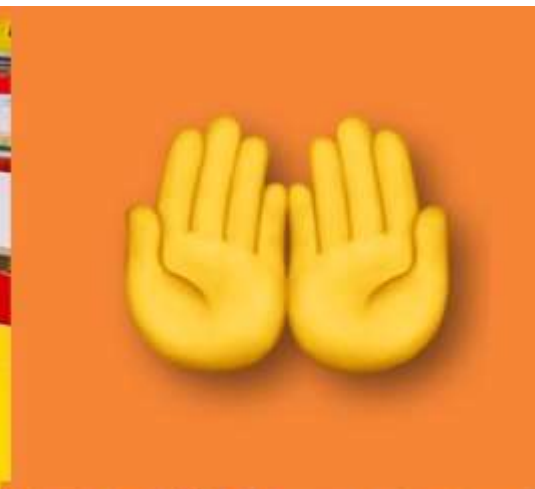
**На 2 этапе** воспитанниками была выполнена коллективная работа «Здоровье лучше у того, кто выполняет ГТО»



Также ребята представили работы, выполненные **вместе с родителями!**







**На 3 этапе** проведено **тестирование** в рамках комплекса ГТО и юные спортсмены продемонстрировали хорошие результаты!

От чего зависит успешная сдача норм ГТО?



В каких тестах дошколята могут себя попробовать?



# Готовимся к сдаче норм ГТО



Развиваем ловкость, силу и выносливость!



# Дошкола, все на ГТО!!!

