

## Фотоотчёт беседы

### Тема № 4 « Для чего нужна зарядка»

**Цель:** Формировать у детей представления о разных видах зарядки и их пользе для здоровья.

**Задачи:**

- воспитывать у детей привычку к здоровому образу жизни;
- показать важность и пользу зарядки;
- повторить разные виды зарядок и их значение для нашего здоровья: дыхательную, для глаз, артикуляционную, пальчиковую, утреннюю;
- помочь детям осознать, что утренняя зарядка, игры и физические упражнения вызывают хорошее настроение.

В ходе беседы дети повторили, какие виды зарядок и гимнастик бывают.

Для чего нужно выполнять разные виды зарядок.

Выполнили специальные упражнения для язычка, пальчиков, глаз, дыхательный упражнения.

### Пальчиковая гимнастика



## Упражнения для язычка



## Упражнения для глаз



## Физкультминутка



## Дыхательная гимнастика



### Игра на развитие дыхания «Кто быстрее сдует стаканчик со стола»

