



Здоровый образ жизни

Семьи Иващенко

Цель проекта ЗОЖ:

- **Создание семейных традиций по укреплению здоровья детей и взрослых**



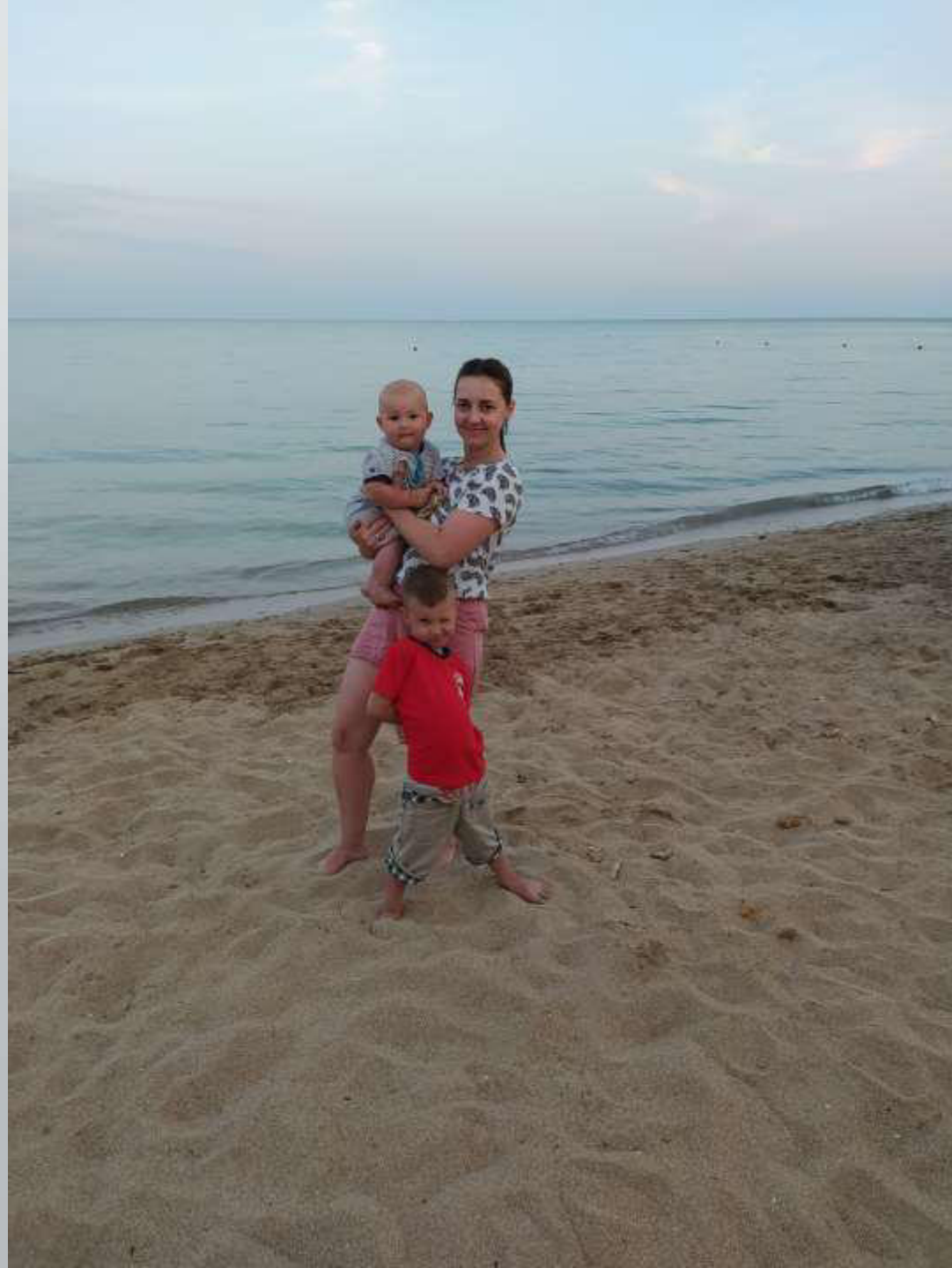
1. Активные прогулки на
площадках с элементами
физкультуры

2. Домашние практики йоги



3. Закаливание водой. Купание в фонтане.





3. Закаливание водой.
Купание в море.



3. Закаливание водой.
Купание в реке.



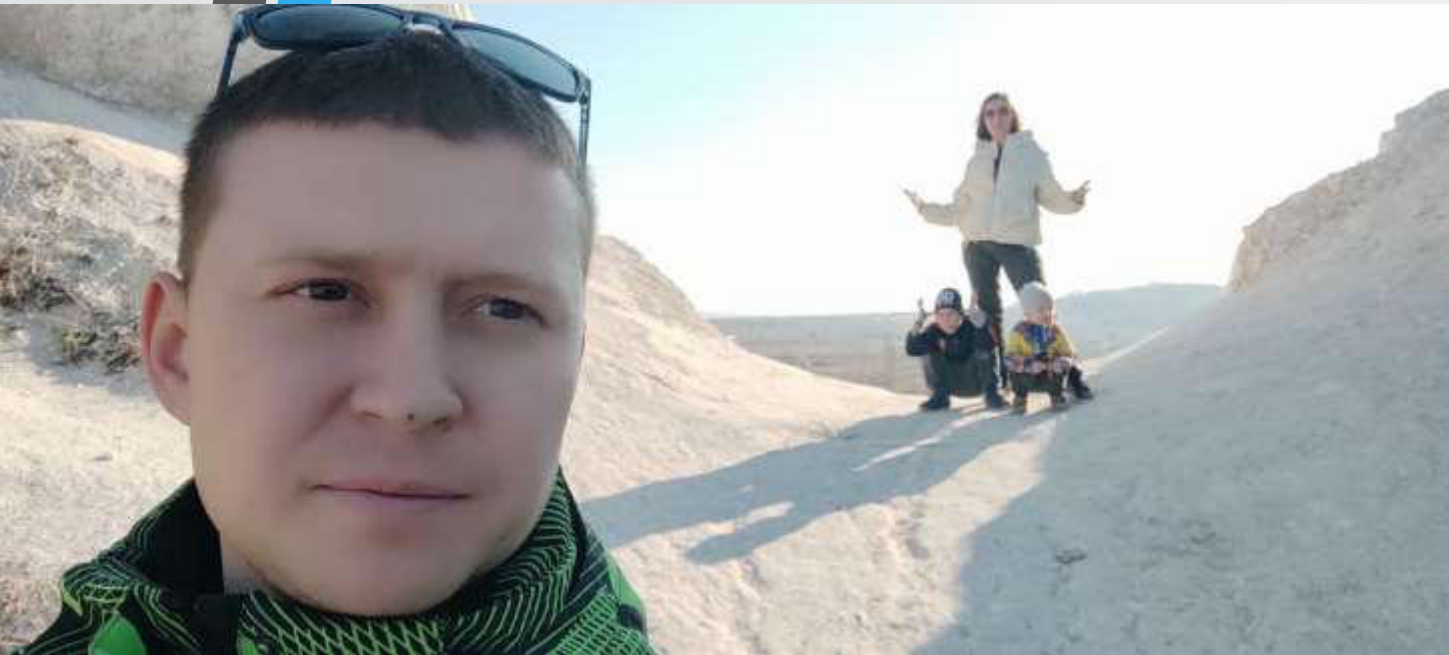
4. Командные спортивные игры. Вышибалы.





5.
Закаливание
воздухом.
Прогулки в
лесу





6. Зимние забавы. Будьте
Здоровы, как мы!!!

