**Приходили гости к нам…**

Группа «Ласточка»

**Аэробика, занятие с фитбольными мячами.**

[](https://vk.com/photo-78853962_456239334)

Мы покажем вам сейчас, как мы занимаемся,

И уменья и здоровья, здесь мы набираемся.

[](https://vk.com/photo-78853962_456239328)

Можем сидя станцевать, можем просто поиграть,

Нам мяч фитбольный нравится, но нелегко с ним справиться.

[](https://vk.com/photo-78853962_456239336)

Сядем мы на мяч покрепче, по залу будем мы скакать,

Но есть правила – ребята, друг друга нам, нельзя толкать.

[](https://vk.com/photo-78853962_456239338)

Силу рук мы развиваем, мяч мы ловим и бросаем.

**Занятие «Я здоровье берегу, сам себе я – помогу»**



Чтобы людям не болеть,

Надо многое уметь…



Каждый день, по утрам, делать всем зарядку…



Знать, что воздух есть везде, и что надо правильно дышать.



В игре, мы можем отобрать полезные е малополезные продукты…