

Обращайте больше внимания на питание!
Больше двигайтесь!
Спите в прохладной комнате!
Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
Гоните прочь уныние и хандру!
Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
Желайте себе и окружающим только добра!

Список литературы

- Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход, 2000.
- Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
- Сухарев А.Г. “Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России”
- Сивцова А.М. “Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях” Методист. – 2007.
- Смирнов Н.К. “Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога”

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575775

Владелец Бамматова Анжелла Джанакаевна

Действителен с 20.06.2022 по 20.06.2023