

Утренняя гимнастика

Цели утренней гимнастики в ДООУ — сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольников. Формировать основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста. Научить детей быть здоровыми.

Утреннюю гимнастику неспроста называют зарядкой. Комплекс упражнений на все группы мышц, гимнастика заряжает бодростью, энергией, чувством радости и удовлетворения на весь день, наши детки с большим удовольствием выполняют все упражнения. Это замечательное утреннее занятие стало традицией в нашем детском саду. Дети должны расти здоровыми, чтобы легко формировались необходимые умения и навыки, активно развивались способности. Здоровый ребёнок восприимчив к обучению, понимает требования воспитателя, в нём укрепляется естественный интерес к познанию. После каждой утренней гимнастики, наши дети бодры и веселы, и готовы к любым интересным занятиям!







**УТРОМ ДЛЯ ПОРЯДКА ДЕЛАЕМ ЗАРЯДКУ,
ЧТОБ ОКРЕПЛИ РУКИ, ЧТОБ ОКРЕПЛА ГРУДЬ.
НАШИ УПРАЖНЕНЬЯ-ЛОВКИЕ ДВИЖЕНЬЯ,
СИЛЬНЫМ И ЗДОРОВЫМ ЧЕЛОВЕЧКОМ БУДЬ!!!**