

«Здоровье в порядке? Спасибо зарядке!»



Пожалуй, не существует таких людей, которые не осознавали бы всю пользу утренней зарядки для детей. В детских учреждениях детская гимнастика считается важнейшим компонентом двигательного режима и, соответственно, ценится особенно высоко.

Ежедневные занятия утренней гимнастикой играют огромную роль в организованности детей, формировании двигательных качеств, умении планировать свою деятельность, да и просто в их психическом развитии. Именно поэтому детская гимнастика является обязательной частью ежедневного режима дошкольников в детских дошкольных учреждениях.



Подбадривание детей инструктором по физической культуре Галиной Викторовной Гуниной, искреннее восхищение их успехами при выполнении упражнений вселяют в них уверенность в своих силах. Всё это в комплексе делает ребёнка уверенным, сильным, ловким, умным всего за 6-10 минут зарядки.

Благодаря утренней гимнастике у дошкольников создаётся бодрое и ровное настроение, а также организованное начало. Дошкольники после зарядки более уравновешенны, а их лица радостны и довольны!



Воспитатель: Г.В. Уварова