Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 58»

Воспитатели: Глушкова И.П.

группа № 16

**Утро с зарядки – здоровье в порядке**

Каждый день у нас, ребятки,

Начинается с зарядки.

Сделать нас сильней немного

Упражнения помогут.

   Любой день в детском саду начинается с утренней гимнастики или, как мы её называем в практике, с зарядки. Комплекс упражнений на все группы мышц, организм настроится на эффективную работу в течение всего дня. Гимнастика заряжает бодростью, энергией, чувством радости и удовлетворения. Ребята младшей группы с желанием и радостью каждый день делают зарядку, которая способствует укреплению организма и положительно воздействует на иммунную систему. Воспитанники выполняют самые разнообразные комплексы утренней гимнастики, под музыку, с разными атрибутами. Так же используем подражательные упражнения, которые заинтересовывают, помогают лучше справиться с заданием, а их игровая форма вызывает у детей желание **повторять** движения в самостоятельной деятельности.

  

 