

**«На веселую зарядку
становитесь по порядку!»**

*Мы дружные ребята,
Пришли мы в детский сад,
И каждый физкультурой
Заняться очень рад!
Под музыку мы вместе
Дружно занимаемся.*





Здоровье начинается с утра. Веселая утренняя гимнастика под музыку на свежем воздухе является основополагающим средством оздоровления и воспитания детей в нашем детском саду. В этот морозный день мы пригласили принять участие и наших родителей.





У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, активизируется двигательная активность, укрепляя здоровье, а также гимнастика содействует воспитанию эмоциональной отзывчивости ребенка на музыку.





*Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.*

Информацию подготовила воспитатель группы «Одуванчик»

Кантышева О.В.

Тюмень, октябрь 2025