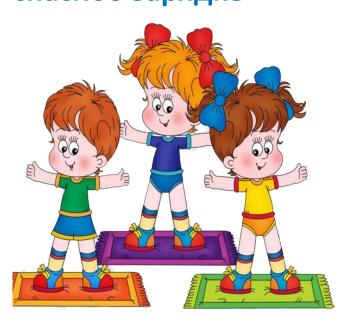
Утренняя зарядка «Здоровье в порядке — спасибо зарядке»

Утренняя гимнастика в дошкольных учреждениях проводится ежедневно перед завтраком. Она направлена главным образом на решение оздоровительных задач. Способствуя укреплению костномышечного аппарата, развитию сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, она в то же время создаёт бодрое, жизнерадостное настроение, воспитывает привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.









Пусть не всё хорошо Может получиться, Не печалься, дружок, Надо научиться. (3. Петрова)

Чтобы нам не болеть И не простужаться, Мы зарядкой всегда Будем заниматься.









Физкультурные заповеди <u>.</u> Если хочешь быть здоровым закаляйся!

Если хочешь быть здоровым закаляйся И зарядкой каждый день-занимайся! Физкультурой больше всех-увлекайся Наш девиз всегда таков-

Будь здоров, всегда здоров!



