**"Утро начинается с зарядки"**

Всем зарядку делать надо,  
Много пользы от неё,  
А здоровье – вот награда  
За усердие твоё!

Каждый день в детском саду начинается с утренней гимнастики или, как мы её называем в практике, с зарядки. Она направлена главным образом на решение оздоровительных задач: способствует укреплению костно-мышечного аппарата, развитию сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, и в то же время создает бодрое, жизнерадостное настроение, воспитывает привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.  
 Сегодняшнее утро для воспитанников старшей группы № 4.7 стало большим сюрпризом, на зарядке к ним присоединился папа одной из воспитанниц - Вотинов Иван Анатольевич, к слову сказать, он отличныйспортсмен. Дети с огромным желанием и интересом делали зарядку, выполняли разнообразные упражнения, а так же участвовали в эстафетах.

Отличная получилась зарядка!

Воспитатель гр.4.7 Дедова Н.Ф.





















