



**ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ
«ЗНАЧЕНИЕ УТРЕННЕЙ ЗАРЯДКИ.»
ПОДГОТОВИЛА КАЛАШНИКОВА Е.Ю.
10.01.25Г**

Утренняя гимнастика является ценным средством оздоровления и воспитания детей. У малышей, систематически занимающихся утренней гимнастикой, пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность.

ЗАДАЧИ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ:

- 1.Разбудить организм ребенка.**
- 2. Активизировать деятельность сердечной, дыхательной и других функций организма.**
- 3. стимулировать работу внутренних органов и органов чувств.**
- 4. Способствовать формированию правильной осанки, хорошей походки.**
- 5. Предупреждать возникновение плоскостопия.**

**УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА
ЦЕННА И ТЕМ, ЧТО У ДЕТЕЙ
ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ
ПРИВЫЧКА, И ПОТРЕБНОСТЬ
КАЖДЫЙ ДЕНЬ ПО УТРАМ
ПРОДЕЛЫВАТЬ ФИЗИЧЕСКИЕ
УПРАЖНЕНИЯ.**

**ЕЖЕДНЕВНОЕ ЗАНЯТИЕ
ФИЗИЧЕСКИМИ
УПРАЖНЕНИЯМИ
БЛАГОПРИЯТНО
ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И
ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ
СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА
РЕБЕНКА.**

ВЫВОД:

Таким образом, утренняя гимнастика является многосторонним физкультурно-оздоровительным процессом, который способствует оздоровлению организма ребёнка



**НАША ВЕСЕЛАЯ
ЗАРЯДКА.**



*СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!*