



В настоящее наше современное время самой главной и актуальной проблемой является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Самые первые представления, умения, навыки о здоровом образе жизни, значении здоровья для человека, формируются уже в дошкольном возрасте, который является основополагающим в становлении личности человека. Начиная выполнять первые упражнения с утренней гимнастики. Систематическое проведение гимнастики воспитывает у детей привычку ежедневно выполнять физические упражнения, согласованно действовать в коллективе, быть более целеустремленным. При выполнении комплексов упражнений у дошкольников развиваются физические качества сила, быстрота реакции, выносливость, улучшается координация движений. Зарядка с чемпионом - ежегодное массовое спортивное мероприятие, объединяющее всех любителей здорового образа жизни. Направлено на организацию массовых физкультурно-спортивных мероприятий, на продвижение гимнастики среди дошкольных образовательных организаций. В рамках проведения Всероссийской акции «Зарядка с чемпионом» была организована и проведена утренняя гимнастика 08.10 и 09.10.2019г. в нашем детском саду.

С детьми младших групп в зале провела гимнастику Пергушева Вероника Сергеевна - тренер - по спортивной гимнастике СШОР г. Асбест.

С дошкольниками старшей и подготовительной группы провел гимнастику на спортивном участке ДОУ Григорьев Вячеслав Владимирович - инструктор по спорту, тренер по самбо г. Асбест. Перед началом проведения гимнастики рассказал детям о важности занятий физической культурой, утренней гимнастикой и спортом в целом.

Все дошкольники и педагогический коллектив, получили утренний заряд бодрости, энергии, прекрасного настроения и позитива на весь день.

Составила Давлетшина Н.В.











