

Веселая утренняя зарядка.

Здоровье начинается с утра. Веселая утренняя зарядка на свежем воздухе является основополагающим средством оздоровления и воспитания детей в нашем детском саду. У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, активизируется двигательная активность и укрепляет здоровье.

