



***ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ
«ЗНАЧЕНИЕ УТРЕННЕЙ ЗАРЯДКИ.»
ПОДГОТОВИЛА ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ РОЖКОВА ТАТЬЯНА АНАТОЛЬЕВНА.***



Утренняя гигиеническая гимнастика благотворно действует на весь организм ребенка, оказывает большое оздоровительное и воспитательное влияние.



Приобщение ребенка к физкультуре важно не только с точки зрения укрепления их здоровья, но и для выработки привычки к занятиям спортом.



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!!!*