



Утренняя зарядка для детей - это бодрость, здоровье и хорошее настроение. Если вы научите своего ребенка начинать утро с комплекса гимнастических упражнений, то ваш малыш будет меньше болеть, будет всегда бодр, активен и счастлив.

Подвижные игры — один из способов физического развития ребенка. Они позволяют снять физическую усталость с мышц, достичь эмоционального переключения с одного вида деятельности на другой. Подвижные игры особенно любимы детьми, ведь они – важный источник радостных эмоций. Игры стимулируют активную работу, мысли, способствуют расширению кругозора, совершенствованию всех психических процессов, формируют положительные нравственные качества у детей.

ССЫЛКИ-ПОМОГАЙКИ:



[Любимые дети](#) - зарядка для детей под музыку



[Детский портал "Солнышко"](#) - комплексы упражнений, игровые гимнастики



[Утренняя зарядка](#)



[Азбука воспитания](#) - сборник подвижных игр