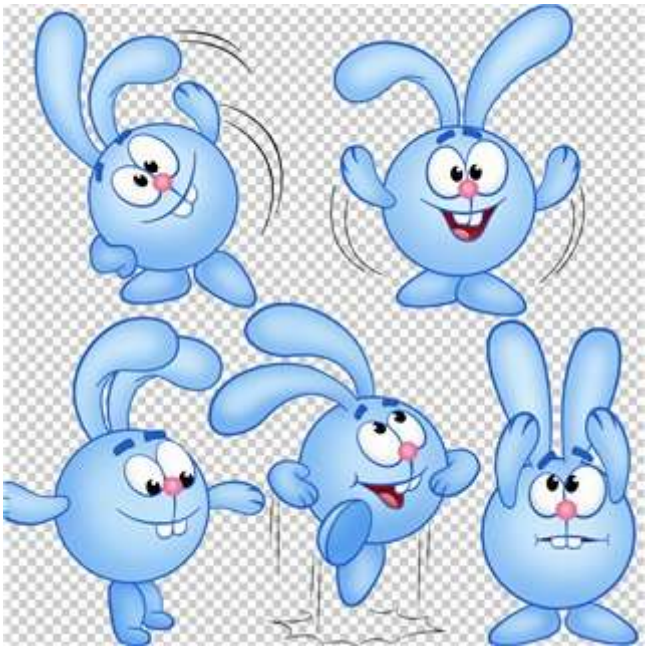
Физическое развитие

Одним из важнейших естественных стимуляторов роста и развития ребёнка является двигательная активность, которая оказывает влияние на формирования физиологических систем детского организма.

Утренняя гимнастика — один из важнейших компонентов двигательного режима. Она направлена на оздоровление, укрепление, повышение и развитие физических качеств и способностей детей, закрепление двигательных навыков.

Благодаря утренней гимнастике усиливаются все физиологические процессы — дыхание, кровообращение, обмен веществ, улучшается питание органов и систем.

Уважаемые родители! Мы предлагаем вам несколько видов утренней гимнастики для занятий с вашим малышом:

https://www.youtube.com/watch?v=mX1lbxB06Sw
https://www.youtube.com/watch?v=b0lnHl0cxGo
https://www.youtube.com/watch?v=TMdMGIcM_sA