

Основу в формировании здорового образа жизни ребенка закладывает правильно подобранная и увлекательная **утренняя гимнастика**.

Утренняя гимнастика создает у детей хорошее настроение, поднимает эмоциональный и мышечный тонус. Воспитывает у детей интерес к здоровому образу жизни.

Поэтому наши ребята из старшей группы с удовольствием выполняют ее каждое утро.





