Разминка «Лесная зарядка»

с детьми (музыкальное сопровождение — песня зарядка «Звериная игра»).





Проводится танцевальнооздоровительная разминка для родителей *«Делайте* зарядку» (музыкальное сопровождение — песня «Утренняя гимнастика» — исп. группа «А – студио»).



















Восточная гимнастика Цигун











Формирование эмоциональногочувственного внутреннего мира, физического развития, укрепления здоровья, единство ума, духа, тела, дошкольников и их родителей изучение и внедрение инновационных приёмов и подходов в проведении китайской гимнастики Цигун.