

Разминка «Лесная зарядка»

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

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



Основные виды

Восточная гимнастика Цигун



Формирование эмоционального-чувственного 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.