



**ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ  
«ЗНАЧЕНИЕ УТРЕННЕЙ ЗАРЯДКИ.»  
ПОДГОТОВИЛА ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ РОЖКОВА ТАТЬЯНА АНАТОЛЬЕВНА.**



*Утренняя гигиеническая гимнастика благотворно действует на весь организм ребенка, оказывает большое оздоровительное и воспитательное влияние.*





*Приобщение ребенка к физкультуре важно не только с точки зрения укрепления их здоровья, но и для выработки привычки к занятиям спортом.*





*Утренняя гимнастика является ценным средством оздоровления и воспитания детей. У малышей, систематически занимающихся утренней гимнастикой, пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность.*



## **ЗАДАЧИ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ:**

- 1. Пробудить организм ребенка.**
- 2. Активизировать деятельность сердечной, дыхательной и других функций организма.**
- 3. стимулировать работу внутренних органов и органов чувств.**
- 4. Способствовать формированию правильной осанки, хорошей походки.**
- 5. Предупреждать возникновение плоскостопия.**





**УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА ЦЕННА И  
ТЕМ, ЧТО У ДЕТЕЙ  
ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ ПРИВЫЧКА, И  
ПОТРЕБНОСТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ПО  
УТРАМ ПРОДЕЛЫВАТЬ ФИЗИЧЕСКИЕ  
УПРАЖНЕНИЯ.**





***ЕЖЕДНЕВНОЕ ЗАНЯТИЕ  
ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ  
БЛАГОПРИЯТНО ВОЗДЕЙСТВУЕТ  
НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И  
ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ  
ОРГАНИЗМА РЕБЕНКА.***

*ВЫВОД:*

*Таким образом, утренняя*

*гимнастика является*

*многосторонним физкультурно-*

*оздоровительным процессом,*

*который способствует*

*оздоровлению организма ребёнка*





**НАША ВЕСЕЛАЯ  
ЗАРЯДКА.**



***СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!!!***