**Задачи:**

1. Формировать у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни.

2. Помогать в изучении и совершенствовании двигательных навыков детей посещающих ДОУ.

3. Развивать интерес к занятиям физической культурой и спортом.

4. В соответствии с возрастными потребностями и возможностями ребёнка подбирать утренние гимнастики.

5. Формировать у детей интерес к различным видам спорта.

 



*Ежедневное выполнение определённых комплексов физических упражнений способствует совершенствованию двигательных способностей у детей, развивает физические качества( сила, ловкость, гибкость), улучшает работу координационных механизмов, способствует приобретению знаний в области физической культуры.*

**Утренняя гимнастика в дошкольном учреждении.**

Здоровье дошкольника- это приоритетная задача государства, а задача педагога сохранить и укреплять его.



Для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей ДОУ проводятся физкультурно- оздоровительные мероприятия, включающие в себя: утреннюю гимнастику, физкультурные минутки и закаливающие процедуры.

 

Ежедневное проведение утренней гимнастики в определённое время в гигиенической обстановке, правильно подобранные комплексы физических упражнений, укрепляют нервную систему детей после сна, активизируют деятельность всех внутренних органов и систем.

**Цель:**

Формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребёнка, изучение и внедрение инновационных приёмов и подходов в проведении утренней гимнастики в ДОУ.

 

Утренняя гимнастика является многосторонним физкультурно- оздоровительным процессом, систематически оздоравливающим детский организм. А также имеет большое воспитательное значение.