Утренняя гимнастика

Цель: сохранение и укрепление здоровья ребенка.

Задачи:

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

2. укреплять опорно-двигательный аппарат;

Оборудование: скакалка или длинный шнур.

Ход занятия:

