Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Чухломский детский сад «Родничок» Чухломского муниципального района Костромской области

**Консультация**

**«Применение инновационных технологий в организации и проведении утренней зарядки в ДОУ»**

Подготовила:   
инструктор по физической культуре  
Молчанова Л.С.

г. Чухлома 2025

***Гиппократ:***

***«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны войти в быт каждого, кто хочет сохранить здоровье, полноценную и радостную жизнь».***

Забота о здоровье — одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменить который нельзя ничем, однако люди не заботятся о здоровье так, как это необходимо. Но важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. Все мы, родители, врачи, педагоги, хотим, чтобы дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. Ведь только благодаря двигательной активности, человек может чувствовать себя здоровым и счастливым.

Дошкольный период является временем, когда закладывается фундамент физического, психического и нравственного здоровья. Среди многих факторов, которые оказывают влияние на состояние здоровья и развитие детей физическое воспитание по интенсивности занимает особое место. В приобщении малышей к здоровому образу жизни особое значение имеет овладение ими основами гигиенической и физической культуры. Задача физического воспитания дошкольников – сформировать у них устойчивую привычку к систематическим занятиям физическими упражнениями. Важная роль в решении этой задачи отводится утренней гимнастике.

Утренняя гимнастика - одна из главных форм режима пребывания воспитанников в ДОУ Она является важным компонентом двигательного режима.

Посредством утренней гимнастики решаются задачи:

* «разбудить» организм ребенка, настроить его на действенный лад;
* стимулировать работу внутренних органов и органов чувств, (усиливаются все физиологические процессы — дыхание, кровообращение, обмен веществ, что создает условия для увеличения работоспособности.)
* способствовать формированию правильной осанки, хорошей походки, предупреждать возникновение плоскостопия.

Утренняя гимнастика ценна и тем, что у детей вырабатывается привычка, и потребность каждый день по утрам проделывать физические упражнения. Кроме того, она обеспечивает организованное начало дня в детском саду, дает возможность переключить внимание воспитанников на совместные формы деятельности.

Большое значение для решения задач физического воспитания имеет выполнение утренней гимнастики под музыку: помогает создать правильные представления о характере движений, их темпе и ритме. Музыка дисциплинирует занимающихся, повышает их внимание и работоспособность. Положительные эмоции, возникающие во время упражнений под музыку, усиливают их физиологический эффект.

Для проведения утренней гимнастики необходимо выполнение ряда условий:

* одежда для утренней гимнастики должна быть изготовлена из натуральных, легких материалов;
* на ногах — удобная обувь (чешки) или носки с прорезиненной подошвой. Можно заниматься и босиком.
* Соблюдение гигиенических требований к проведению утренней зарядки: выполнить проветривание и влажную уборку в помещении.
* В теплое время года зарядка проводится на открытом воздухе.

Продолжительность утренней гигиенической гимнастики в разных возрастных группах составляет:

* во второй младшей группе― 5―6 мин;
* в средней группе ― 6―8 мин;
* в старшей группе― 8―10 мин;
* в подготовительной к школе группе ― 10―12 мин.

Упражнения утренней гимнастики необходимо выполнять в определённой последовательности. В утренняя гимнастика, как и в занятие по физической культуре состоит из трёх частей:

1. Вводная часть.   
   - Спокойная ходьба, переходящая в медленный бег – это нужно для увеличения частоты и глубины дыхания, улучшение кровообращения;  
   - Сочетание видов ходьбы: на носках, на пятках, на наружном и внутреннем крае стопы – нужно для профилактики плоскостопия и коррекции нарушения осанки;  
   - Ходьба с продвижением вперед (Дыхательные упражнения по необходимости) – для восстановления дыхания.
2. Основная часть.

- Упражнения, укрепляющие мышцы плечевого пояса, рук и спины – такие упражнения способствуют расширению грудной клетки, выпрямлению позвоночника и формированию правильной осанки;

- Упражнения для укрепления мышц туловища и ног – данные упражнения способствуют формированию правильной осанки, укрепление мышц ног.

1. Заключительная часть.

- Прыжки, чередующиеся с ходьбой – это способствует укреплению двигательного аппарата ребёнка.

Общеразвивающие упражнения выполняются из разных исходных положений тела: стоя, сидя, лежа (на спине, на животе). Исходные положения, лежа, сидя выгодны тем, что снимают давление массы тела на позвоночник и неокрепший свод стопы, позволяют увеличить напряжение отдельных мышц.

Общие методические требования:

* Требования к подбору общеразвивающих упражнений: упражнения должны быть для всех групп мышц, из разных исходных положений, разной интенсивности, темпа; с различными пособиями, ритмично-музыкальным сопровождением, в различных построениях и обязательно интересными для детей;
* Один комплекс используется 10-14 дней, с последующей заменой 2-3 новых упражнений;
* Как только дети освоят упражнение, вводится хороший энергичный темп. Целесообразно время от времени (через 2-3 месяца) возвращаться к повторению комплекса или брать их за основу для составления комплекса из упражнений с предметами;
* Спортивный инвентарь раскладывается заранее;
* Для детей с повышенной возбудимостью ЦНС использовать «Утяжеление» бега – это лёгкий бег на носках, руки на пояс;
* Педагог выполняет движения, стоя перед группой, зеркально, что облегчает занимающимся копировать упражнения;
* Общеразвивающие упражнения рекомендуется укладывать в счет. Чаще всего на 4 и 8 счетов;
* Последовательность упражнений постоянна: сначала для плечевого пояса и рук, затем для туловища и ног;
* На протяжении всей утренней гимнастики педагог неоднократно привлекает детей к их выправке, осанке, напоминает о дыхании, оказывает физическую помощь отдельным детям, делает указания, подбадривает (особенно детей младшего возраста);
* В процессе утренней гимнастики воспитатель следит, чтобы каждое упражнение заканчивалось хорошим выпрямлением туловища, что способствует укреплению мышц, поддерживающих прямое положение тела, а также закреплению навыка правильной осанки.

Так же стоит соблюдать основные требования к организации и проведению утренней гимнастики, учитывая возрастные особенности дошкольников. После консультации раздам памятки с данными требованиями.

При проведении зарядки, педагог использует специальные команды, которые имеют большое значение для организации детей. Так как они дают сигнал к началу и окончанию упражнений.

* В старших и подготовительных группах перед выполнением упражнения даётся команда «Исходное положение ПРИНЯТЬ!». В исходном положении подается команда: «Со мной упражнение начи-НАЙ!»;
* Последнее слово команды произносится с небольшой паузой: начи-най (дополнительный сигнал к началу выполнения упражнения);
* Если необходимо прервать выполнение, подается команда: «ОТСТАВИТЬ!»

Заканчивают упражнения по команде «СТОЙ!» или «Закончили». Данные команды подаются вместо последнего счета: «и- и раз, два, три, закончили». «На месте стой: раз, два».

В методической литературе во время проведения утренней гимнастики рекомендуется использовать упражнения, предварительно разученные с детьми на занятиях, или несложные упражнения, не требующие продолжительного разучивания.

В практике педагоги используют новые комплексы, требующие разучивания упражнений.

Существует несколько способов обучения детей упражнениям.

1. Способ обучения по показу. Преподаватель вначале показывает упражнение в целом. Затем подает команду: «Исходное положение ПРИНЯТЬ!». Делается пауза для исправления возможных ошибок.

2. Способ обучения по рассказу. Преподаватель объясняет упражнение, указывая исходное положение, и рассказывает, какие движения следует выполнять на счет «раз», «два» и т. д. При обучении данным способом подсказываются основные действия вместо подсчета, но в ритме и темпе упражнений. Например, вместо подсчета «раз-два-три-четыре» используются слова: «Наклон - выпрямиться - присесть - встать».

3. Способ – комбинированный: педагог объясняет технику выполнения и одновременно показывает упражнение. Дети смотрят. По команде педагога – вместе с ним выполняют упражнение.

4. Способ обучения по разделениям. Этот способ применяется при обучении более сложным по координации ОРУ, так как позволяет делать паузы между отдельными движениями для их уточнения и исправления ошибок. После команды: «Исходное положение «ПРИНЯТЬ!» -преподаватель подает команды, разделяя каждый счет паузами. Например: «Руки вверх, правую ногу назад на носок - ДЕЛАЙ РАЗ!», «Упор присев на левой, правую в сторону - ДЕЛАЙ ДВА!», «Сменить положение ног -ДЕЛАЙ ТРИ!», «Исходное положение - ДЕЛАЙ ЧЕТЫРЕ!»

При проведении утренней гимнастики важно следить за качеством движений детей, четкостью фиксируемых поз, обеспечивать высокую моторную плотность, проводить ее практически без пауз, не тратя время на подробное объяснение.

Поэтому использование терминологии имеет большое значение. Она значительно облегчает проведение утренней гимнастики, расширяет возможности общения педагога с воспитанниками, повышает эффективность проведения гимнастики, увеличивает плотность зарядки, облегчает описание и понимание техники упражнений. С этой же целью необходимо чтоб педагог и инструктор использовали одну терминологию.

При выполнении общеразвивающих упражнений используются различные термины:

1. Стойка - вертикальное положение тела с разным положением рук и ног.

- Основная стойка: ноги вместе, носки слегка развернуты, ноги в коленях выпрямлены, плечи развернуты, живот подобран, руки внизу, пальцы полусогнуты, касаются бедра, голову держать прямо. Для дошкольников: Основная стойка: ноги вместе, носки врозь, руки вдоль туловища. (постоянно проговаривать положение не надо.)

Положение рук может быть различным (основная стойка, руки на пояс или основная стойка, руки к плечам и т. п.).

- Стойка ноги врозь - ноги расставлены на ширину плеч (на шаг), носки слегка развернуты.

- Широкая стойка ноги врозь - ноги широко разведены в стороны.

- Узкая стойка ноги врозь - ноги расставлены врозь на расстояние, равное длине ступни.

- Стойка на коленях - колени, голени и вытянутые носки ног опираются на пол, туловище перпендикулярно полу.

2. Выпады - выполняются выставлением ноги в любом направлении с одновременным ее сгибанием, туловище в вертикальном положении.

- Выпад правой (левой) - выставление ноги вперед с одновременным ее сгибанием.

- Выпад вправо (влево) - выставление ноги в сторону.

- Выпад назад - выставление ноги назад.

3. Наклоны – это максимальное сгибание тела в тазобедренных суставах в любых направлениях (вперед, назад, в стороны).

4. Седы – это положение сидя на полу или снаряде, ноги прямые. Основные разновидности седов: сед ноги врозь, сед на пятках.

5. Положение рук и движение ими.

Возможные положения рук и движения ими указываются по отношению к туловищу. Основные положения рук:

- Руки вперед - прямые руки подняты на высоту плеч параллельно друг другу, ладони внутрь, пальцы сомкнуты.

- Руки в стороны - руки прямые, подняты на высоту плеч, ладони книзу.

- Руки назад - руки прямые, отведены назад до отказа, ладони внутрь.

- Руки вверх - руки прямые, подняты вверх, параллельны друг другу, ладони внутрь.

- Руки перед грудью - согнутые в локтевых суставах локти на уровне плеч, ладони книзу.

- Руки к плечам - согнутые в локтевых суставах руки касаются пальцами плеч, локти у туловища, плечи отведены назад.

- Руки за голову - согнутые в локтевых суставах пальцы касаются затылка, локти отведены назад и приподняты.

Помимо традиционной формы проведения утренней гимнастики есть множество различных видов проведения зарядки в доу, а также в последнее время используются инновационные методики проведения.

Хочется поделится с вами некоторыми формами проведения утренней гимнастики:

1. Тематическая утренняя гимнастика - это комплекс упражнений, в котором присутствуют определённые сюжеты или образы. Они вызывают у детей интерес и желание качественно выполнять движения, повышают эмоциональный тонус, способствуют активизации знаний об окружающем мире, развитию воображения, общения, памяти, речи.

Тематическую зарядку можно разделить на четыре формы проведения:

* Сюжетная - форма утренней гимнастики, с вплетением элементов фольклора, которую проводим в форме двигательного рассказа или сказки. («Колобок», «Теремок», «Любимые игрушки»). Фольклор как сокровищница русского народа позволяет разнообразить процесс физического воспитания и развития двигательной творческой инициативы детей путём нахождения новых форм. Это способствует повышению настроения во время выполнения физических упражнений.
* Образно – игровая - это гимнастика с использованием имитационных движений, стихов, потешек, загадок способствует не только развитию у детей гибкости, ловкости, координации движений, а также направлена на развитие артикуляционного аппарата, мелкой моторики рук, способствует формированию звуковой культуры речи и развитию интереса к разным движениям. В самом тексте игры заложено содержание разных двигательных действий. Упражнения подбираем достаточно простые, чтобы детям не приходилось затрачивать много усилий для осознания и усвоения их.
* Танцевально-ритмическая – это гимнастика включающая различные виды ходьбы, танцевальные шаги, подскоки и бег под музыку. Далее проводится музыкально-ритмическая разминка с элементами народных и современных танцев, гимнастические упражнения. В конце гимнастики проводятся музыкальные игры и звуковая дыхательная гимнастика.
* Игровая – это гимнастика в форме подвижных игр, которая облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка. После выполнения вводной части (чередующие виды ходьбы и бега), в гимнастику включаем 2-3 подвижные игры разной степени интенсивности («Ровным кругом», «Пчелки (бег в рассыпную)», «Где спрятался мышонок?»). Подвижные игры – наиболее действенный и результативный метод оздоровления и совершенствования организма ослабленных детей.

1. Утренняя гимнастика с предметами – это проведение общеразвивающих упражнений с использованием различного спортивного инвентаря (например – кубики, малые мячи, флажки, гантели, гири и т.д.), также можно использовать нетрадиционное оборудование (например – султанчики; «мочалки»; баночки - шумелки; косички и т.д.) В начале данной гимнастики обычно проводят ходьбу и бег для разминки, а в заключении комплекса проводят ходьбу в умеренном темпе или несложное игровое задание.
2. Полоса препятствий – вид гимнастики, который позволяет проводить упражнения с постепенным увеличением нагрузки, усложнять двигательные задания, включать разные виды движений с увеличением числа повторов и темпа движений, чередовать физкультурные пособия. В конце предлагаются дыхательные упражнения, релаксация.
3. Утренняя гимнастика с использованием су-Джок терапии - это комплекс упражнений с использованием массажных шариков и колец для воздействия на биологически активные точки на кистях рук и стопах.

Цель таких упражнений — сохранить и укрепить здоровье, повысить иммунитет, а также развить мелкую моторику пальцев рук, что способствует активизации и развитию речи у дошкольников.

Данные формы встречаются довольно часто в организации и проведении утренней гимнастики у детей дошкольного возраста и уже почти не считаются инновационными.

В самом начале мы говорили о том, что именно в период дошкольного детства происходят важные процессы становления личности ребенка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, навыков здорового образа жизни, то есть происходит создание прочного фундамента здоровья ребенка.

В связи с этим особое внимание уделяется обновлению содержания образования по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. На сегодняшний день разработано множество программ по физической культуре в дошкольных учреждениях. Все они направлены на решение задач охраны и укрепления здоровья ребенка, повышения его функциональных возможностей, уровня физической и двигательной подготовленности, при этом отличаются содержанием, объемом и подачей двигательного материала.

Однако многие специалисты полагают, что постоянное использование одних и тех же методик работы значительно снижает интерес детей к занятиям физической культуры и, как следствие, приводит к снижению результативности. На сегодняшний день традиционное образование нуждается в введении и использовании инноваций, способствующих разнообразию и пополнению образовательного процесса качественно новым содержанием.

Я хочу рассказать о некоторых инновационных методиках в организации и проведении утренних гимнастик. Такие «новые» формы, все чаще начинают использовать в дошкольных учреждениях нашей страны.

1. Степ аэробика.

«Step» в переводе с английского языка буквально означает «шаг». Он в качестве аэробики был изобретен в США известным фитнес инструктором Джиной Миллер. Степ аэробика - это комплекс упражнений, основанный на ритмичных движениях вверх и вниз по специальной степ-платформе.

Степ аэробика используется для профилактики заболеваний, которые вызваны гиподинамией, т. е. недостатком движений. Она развивает подвижность в суставах, формирует свод стопы, тренирует равновесие и позволяет сжигать большое количество калорий. Занятия проводятся под ритмичную музыку. Когда воспитанники смогли усвоить технику выполнения основных шагов, они могут самостоятельно использовать элементы степ-аэробики в свободной деятельности, что будет развивать инициативу и самостоятельность.

Степ-платформа для дошкольников не должна быть выше 10 см.

Так же степ-аэробику можно проводить без специальной платформы, используя ту же технику и интенсивность шагов.

1. Утренняя гимнастика на тренажерах – это комплекс упражнений с использованием спортивных тренажеров. Работа на тренажёрах строится по методу круговой тренировки. Каждое занятие включает работу с простыми и сложными тренажёрами. Упражнение на одном тренажёре выполняется не более 1 минуты, включая отдых.

Инструктор по физической культуре (педагог) определяет индивидуальную нагрузку, следит за выполнением правил безопасного использования тренажёров.

Перед использованием тренажеров, обязательно проводится разминка, то есть ходьба различными способами, легкий бег и прыжки. В завершении нужно провести дыхательную гимнастику или релаксацию.

В нашем детском саду есть 6 видов тренажеров:

- Батут

- Велотренажер

- Беговая дорожка

- Ходики

- Гребной тренажер

- Степпер

Тренажеры всегда вызывают у детей массу впечатлений, каждый раз они с большим интересом выполняют упражнения на них, достигая лучших результатов.

1. Утренняя гимнастика на фитболе.

Фитбол — это большой упругий мяч от 35 до 95 см в диаметре, выдерживающий вес до 300 кг. Фитболы бывают массажные и гладкие, круглые и овальные, с «ручками», «рожками», в форме различных животных, а так же разных цветов.

Появился он в 50-е годы в Италии, сначала просто как игрушка. Швейцарский физиотерапевт Сюзан Кляйн-Фогельбах в 1960 году впервые начала применять мяч исключительно в лечебных целях – для реабилитации больных с нарушениями в центральной нервной системе (церебральный паралич). Сегодня фитбол одинаково служит как больным, так и здоровым, у фитбола нет противопоказаний.

Фитбол-гимнастика – это почти единственный вид аэробики, где в выполнении физических упражнений включаются совместно двигательный, вестибулярный, зрительный, слуховой и тактильный анализаторы.

Секрет эффективности такой гимнастики кроется в том, что по своему воздействию она схожа с ипотерапией – лечением верховой ездой. Человеку, сидящему на лошади или на мяче, необходимо постоянно удерживать равновесие, вовлекая в работу множество мышц туловища.

В нашем дошкольном учреждении есть фитболы – малые и большие. Я, как инструктор чаще использую их для индивидуальной работы с детьми и иногда применяю для проведения эстафет, соревнований.

1. Нейрогимнастика - это комплекс упражнений, которые созданы для повышения многофункциональности головного мозга. За счет регулярного выполнения определенных действий, направленных на тренировку ЦНС, реально добиться положительного результата в виде более быстрого освоения письма, чтения, развития аналитического и логического типа мышления.

Нейрогимнастика является частью прикладной науки «образовательная кинезиология», которая изучает развитие мыслительных способностей человека за счет выполнения заданий для обоих полушарий мозга.

Нейрогимнастика — это один из методов развития функций головного мозга, разработка которого началась с 60-х годов прошлого века. Данный способ улучшения функций ЦНС подходит для детей возрастом от 4 лет. Основной целью и задачей нейрогимнастики является достижение сбалансированного взаимодействия правого и левого полушария мозга через тренировку мозолистого тела. Положительный результат тренировочного процесса возможен только в том случае, если занятия по повышению функций центральной нервной системы проводятся регулярно, а также обеспечивается их правильное выполнение.

Такой вид гимнастики в наше время стал все чаще встречаться в работе многих педагогов. Он очень хорошо влияет на координацию ребенка и на работу его головного мозга. Данная методика заинтересовала меня, как инструктора и не так давно я стала применять ее на своих занятиях. В такой форме проведения можно использовать любые предметы, которые есть у вас на группах. Такая методика нравится не только детям, но и взрослым.

1. Утренняя гимнастика с использованием доски Бильгоу - это комплекс упражнений, направленный на развитие равновесия и управления телом.

Такие занятия помогают улучшить зрительное слежение, слуховое восприятие, чувство ритма, согласованные движения глаз, конечностей, корпуса, головы, а также развить концентрацию внимания, самоконтроль и умение владеть собственным телом.

Доска Бильгоу - это деревянная доска-балансир с нескользящей поверхностью. Это игровое устройство, которое стимулирует и улучшает работу мозга, концентрацию внимания, память и другие функции через воздействие на тело.

Так же есть специальные баланс борды разных форм и видов, которые тоже можно использовать в своей работе. В нашем саду есть один баланс-борд, он идет в комплекте с тренажером – беговой дорожкой. Стоять на таком борде трудности особой не вызывает, поэтому данные устройства используют для усложнения поставленных задач перед дошколятами.

1. Гимнастика с использованием координационной лесенки - это комплекс упражнений, направленный на развитие ловкости, скоростных качеств, баланса тела в движении, чувства ритма и координации движений у детей дошкольного возраста.

Координационная лестница предназначена для развития координации движений, внимания, ориентировки в пространстве, а также для укрепления связок нижних и верхних конечностей, мышц туловища.

Данный вид гимнастики можно проводить с различными усложнениями, для лучшей работы головного мозга дошкольника. Так же советуют в такой гимнастике и в нейрогимнастике использовать всем известную игру – твистер.

Данная форма проведения особенно заинтересовала меня, мне хочется использовать ее в своей работе, используя на своих занятиях. На данный момент, я закончила изготовление одной лестницы, и в скором времени буду использовать на своих занятиях, для улучшения физической активности ребят.

1. Гимнастика с использованием ИКТ технологий - это комплекс упражнений, который проводится с применением мультимедийных презентаций, видеороликов и видеофрагментов.

Такие технологии делают процесс физического воспитания более современным, разнообразным и привлекательным для детей. Необычные, яркие и движущиеся изображения помогают лучше выполнять упражнения и повышают активность и интерес дошкольников.

Например, можно использовать мультимедийную гимнастику «Гимнастика с мультяшками», когда дети выполняют уже знакомые движения вместе с героями мультфильмов. Также можно проводить утреннюю гимнастику в форме подвижной игры, например, «Мишка по лесу гулял», где на каждом слайде создаётся анимационная картинка с действиями персонажа и детей.

1. Роуп-скиппинг – это технология двигательной активности, представляющая традиционные прыжки, сложные комбинации прыжков, акробатических элементов, танцевальных элементов с одной или двумя скакалками, которые выполняются индивидуально или в группах.

В дошкольных учреждениях роуп-скиппинг является технологией, которая предполагает использование прыжков через скакалку, для здоровьесбережения и повышения двигательной активности дошкольников.

Прыжки можно использовать в различных вариациях, как со скакалкой, так и без. Идя в ногу со временем, некоторые педагоги в своей работе, стали использовать нейроскакалку. Она представляет собой ось со светящимся LED-колесом на конце и кольцом, которое нужно крутить на одной ноге, перепрыгивая через ось. По мнению учёных, нейроскакалка может служить детским кардиотренажёром, который одновременно тренирует мозжечок, межполушарное взаимодействие, концентрацию и внимание. Также нейроскакалку рассматривают как один из способов совершенствования речи дошкольников через стимулирование двигательной активности и способ увеличения ежедневной двигательной активности дошкольников в целом. В отличие от простой скакалки, нейроскакалку не нужно держать руками, она надевается на одну ногу.

1. Игровой стретчинг - это методика комплексного физического развития и оздоровления дошкольников. Это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме.

Основные правила игрового стретчинга: перед упражнениями обязателен разогрев – при проведении утренней гимнастики это ходьба различными способами и легкий бег, затем медленное и плавное выполнение упражнений – они проводятся, затрагивая и разминая все группы мышц, при проведении данной технологии нужно соблюдать «правила ровной спины», спокойное дыхание.

Подводя итог, хочется заметить, что в российском общем и дошкольном образовании идут инновационные процессы. Эти изменения в первую очередь связаны с реализацией новых образовательных стандартов. Останавливаясь на теме организации и проведении утренней гимнастики в дошкольном учреждении тоже хочется идти в ногу со временем, применяя новые технологии в своем педагогическом опыте.