Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Городского округа «город Ирбит» Свердловской области «Детский сад №23»

Воспитатель Бессонова Е.В

Идея осенней дыхательной гимнастики.

Дует легкий ветерок-

И качается листок-

Дует сильный ветерок-

Сильно качается листок-

Мы под зонтиком пойдем-

Листья сыплются дождем!!!

Профилактика простудных заболеваний, сохранение и укрепление физического здоровья воспитанников ДОУ через внедрение дыхательной гимнастики.

Упражнения на дыхание укрепляют дыхательную мускулатуру, развивают подвижность грудной клетки, способствуют углублению дыхания и устойчивости ритма дыхания, увеличению жизненной емкости легких. Они способствуют полноценному физическому развитию детей, являются профилактикой заболеваний дыхательной системы.



