

Гимнастика пробуждения

Одной из здоровьесберегающих технологий в детском саду является гимнастика пробуждения после дневного сна.

Такой комплекс упражнений облегчает переход от сна к бодрствованию и помогает детскому организму проснуться и конечно же улучшает настроение ребят!



