



Отдел образования администрации  
Пензенского района Пензенской области  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
«СУРСКАЯ СКАЗКА» с.ЗАСЕЧНОЕ ПЕНЗЕНСКОГО  
РАЙОНА ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ  
(МБДОУ Д/С «Сурская сказка» с.Засечное  
Пензенского района)  
440514, Пензенская обл., Пензенский район,  
с. Засечное, ул. Светля, д.17 А  
тел. 8 (927) 379-04-27  
Е-mail: [zasechnoesad2020@yandex.ru](mailto:zasechnoesad2020@yandex.ru)

ИНН 5829005338, ОГРН 1205800000889

Исх. № 7 от 05.09.2023 г.

**Сопроводительное письмо для участия в фестивале педагогических практик  
«Образование. Семья. Здоровье»**

Педагогическая практика,  
способствующая укреплению семейного здоровья  
и созданию благоприятных условий для развития детей –  
«Утренняя зарядка с родителями».

Утренняя зарядка является важным компонентом здорового образа жизни. Выполнение физических упражнений на свежем воздухе или в проветриваемом помещении несет оздоровительный эффект: улучшает общее состояние, укрепляет и закаляет организм, стимулирует обменные процессы, вызывает положительные эмоции.

Благодаря совместной зарядке развиваются более близкие отношения между родителями и детьми; повышается общий уровень физической активности в семье, формируются традиционные семейные ценности, способствующие развитию здоровых семей.

В настоящее время мы ввели "Утреннюю зарядку с родителями" на постоянной основе ежедневно в 8.10 утра.

В зарядке участвуют все желающие семьи. Проводится зарядка в спортивном зале либо на улице, в зависимости от погодных условий.

Использование разнообразного музыкального сопровождения, спортивного оборудования и инвентаря позволяет делать зарядку разнообразной, интересной и насыщенной.

Совместные утренние зарядки способствуют улучшению внутрисемейного взаимодействия и повышению качества семейного воспитания, осознанию важности и ценности здоровья.

Заведующий  
МБДОУ д/с «Сурская сказка»  
с. Засечное



Леонтьева/