**HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC SÁNG CỦA TRẺ TẠI TRƯỜNG MN DƯƠNG QUANG**

Khoa học đã chứng minh việc tập thể dục buổi sáng rất có lợi cho sức khỏe, một vài phút khởi động buổi sáng cũng giúp sự trao đổi chất trong cơ thể của bé tốt hơn.Tại Trường Mầm non Dương Quang nhà trường đã duy trì đều đặn hoạt động tập thể dục buổi sáng cho bé. Việc tập thể dục hàng ngày, giúp bé có cơ thể khỏe khoắn, phát triển tốt về chiều cao, cân nặng cũng như thể lực và sự hoạt động của trẻ, hình thành các thói quen tốt trong tương lai. Được hòa mình trong không khí trong lành của ánh nắng ban mai, đắm mình trong âm nhạc vui tươi và các động tác thể dục vui nhộn cùng bạn bè, mang lại cho các bé tinh thần sảng khoái, vui tươi để bắt đầu ngày mới tràn đầy năng lượng.

Sau đây là một số hình ảnh trẻ tập thể dục sáng tại trường MN Dương Quang:



