

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 26 компенсирующего вида Пушкинского района Санкт -Петербурга

*Утренняя гимнастика в
младшей группе*

*Автор:
Н.И. Еланцева*

Санкт-Петербург 2015

Цель:

*Развивать физические качества и способности;
дать детям эмоциональный заряд на предстоящий день,
помочь сбросить негативные эмоции.*

Задачи:

- Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног;*
- Приучать действовать сообща, менять характер движений в соответствии с указаниями педагога;*
- Развивать желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием.*

***Выглянуло солнышко и
зовет играть.***

***Будем вместе с
солнышком весело шагать.***

*Ходьба стайкой за воспитателем 10
сек.*

***Вот оно, лучистое,
светит высоко***

***По дорожке с солнышком
нам бежать легко.***

*Бег стайкой за воспитателем 10
сек.*



ОРУ

«Подтягушки»

**Утром солнышко
проснулось,
улыбнулось,
подтянулось...**

*И.П. – стоя ноги на ширине плеч, руки опущены. Руки поднимаем вверх и «тянем» к солнышку.- И.П.- 1-2 раза.
сек.*



«Греем ладошки»

*Ты ладошки нам
согрей, будет деткам
веселей.*

*Потереть ладошки друг о друга
10*



«Ищем лучик»

*Справа лучик,
слева лучик...*

*И.П. – стоя ноги на ширине плеч,
руки на пояс. Поворот туловищем
вправо – И.П., влево – И.П. – 2 раза.*



«Солнышко и дождик»

*(с музыкальным
сопровождением)*

*Музыка звучит (солнышко
светит) – дети бегают,
прыгают. По окончании
музыки дети подбегают к
воспитателю и прячутся под
зонтиком (можно повторить
3-4 раза).*

Вот и кончилась игра!

А теперь на завтрак

Нам шагать пора!

*Ходьба стайкой за
воспитателем*

10 сек.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!