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.

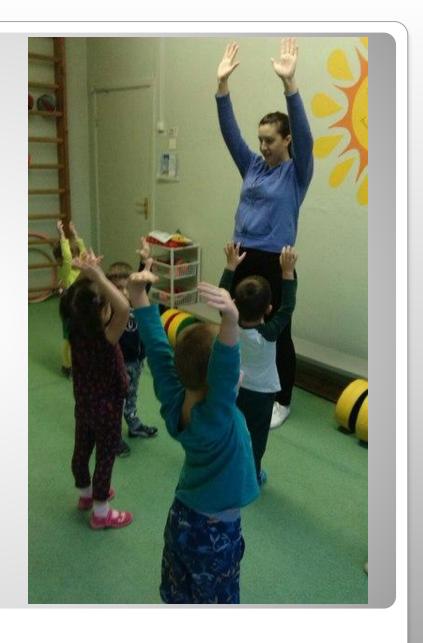
Вот оно, лучистое, светит высоко По дорожке с солнышком нам бежать легко.

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 <math>- 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!