

Утренняя гимнастика «Зоопарк» для детей второй младшей группы.

Программное содержание:

- поддержание оптимального физического состояния детей
- создать у детей бодрое и веселое настроение на целый день, вызвать интерес к физическим упражнениям
- учить дошкольников четко и правильно выполнять упражнения, соблюдая темп и частоту дыхания
- продолжать формировать у дошкольников ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве
- продолжать укреплять костно-мышечный аппарат; формировать правильную осанку.

Ход утренней гимнастики:

Ребята, посмотрите сколько гостей у нас сегодня. Давайте с ними поздороваемся. Посмотрите кто в гости к нам сегодня пришел. Это кукла Катя. Какая наша гостья грустная. Давайте спросим, что случилось. Катя говорит, что никогда не была в зоопарке, но очень бы хотела туда попасть.

Ребята, поможем нашей гостье? Как? Верно, давайте вместе с не отправимся в зоопарк.

I. Вводная часть.

(возьмемся за руки, сделаем большой красивый круг, опустим руки, закроем глаза)

1. Раз-два! Раз-два! Начинается игра!

Мы идем в зоосад – посмотреть на зверят. *(открываем глазки, поворачиваемся друг за другом, ходьба в колонне по одному)*

2. Здесь лисичка ходит мягко

На своих изящных лапках. *(ходьба на носках, руки согнуты в локтях)*

3. А потом прошел медведь –

Любит Мишенька шуметь. *(ноги и руки в стороны ходьба в колонне)*

4. Еж легонечко бежал,

Никому он не мешал. *(легкий бег на носках)*

5. Мы посмотрим все вокруг (*ходьба, повороты головы*)

И тихонько станем в круг. (*построение в круг*)

II. Основная часть

1. Головой кивает слон, (*наклоны головы вперед-вверх-назад*)

Он слонихе шлет поклон (*влево-вправо*)

2. А вот журавль крылом качает, (*махи руками, согнутыми в локтях*),

К себе в гости приглашает (*наклоны вправо-влево*).

3. Обезьянки приседают,

Всех бананом угощают. (*приседания, руки вперед, ладонями вверх*)

4. В клетке прыгают зайчишки,

Длинноухие трусишки. (*прыжки на двух ногах, руки на поясе*)

5. Мы гуляли, мы устали, (*ходьба на месте, упражнение на дыхание*)

И на травке полежали. (*закрыли глазки, отдых, лежа на спине, звучит классическая музыка*)

III. Заключительная часть

Раз-два! Раз-два! (*открываем глазки*) Поднимайся, детвора,

Нам домой идти пора! (*ходьба на месте, упражнение на дыхание*).

Катя, скажи, тебе понравилась экскурсия, которую для тебя провели наши ребята в зоопарке? Спасибо тебе, Катя, за то, что отправилась в зоопарк вместе с нами.

Воспитатель: ребята, здоровье в порядке?

Дети: спасибо зарядке!