

Конспект утренней гимнастики для детей младшей группы

Цель: создать бодрое, жизнерадостное настроение.

Программные задачи:

1. Продолжать учить детей ходить друг за другом, не наталкиваясь, чередовать ходьбу с бегом.
2. Развивать ловкость, координацию движений, равновесие.
3. Воспитывать любовь к физкультуре.

Методы и приемы: показ, объяснение, игровая мотивация.

Предварительная работа: подвижная игра: «Зайка беленький сидит».

Оборудование: игрушка Зайчик, снежинка.

Ход утренней гимнастики:

Инструктор: Ребята, угадайте, кто к нам в гости из леса пришел. Отгадайте загадку: «Длинные ушки, грызёт морковку и бегают ловко». Кто это? Правильно, это зайчик. Он очень любит заниматься спортом, особенно бегать и хочет посмотреть, как вы делаете утреннюю гимнастику. Давайте мы покажем, как умеем прямо ходить, быстро бегать и играть.

1. Вводная часть. Ходьба и бег под музыку.

Ходьба за зайкой.

Инструктор: Встали друг за другом. Идем за зайчиком. Спинка прямая, раз-два, теперь побежали за зайкой, легко, легко на носочках. Молодцы!

2 часть. Общеразвивающие упражнения (дети повторяют упражнения за воспитателем).

Воспитатель: Зайчик хочет с нами поиграть.

Беремся за руки, надуваем большой пузырь, опускаем руки. Ставим ноги узкой дорожкой. Вот так. (Игрушка – Заяц – в середине круга.)

Инструктор: Присели.

Зайка беленький сидит. (Взрослый садится.)

И ушами шевелит.

(Взрослый подносит пальцы к голове, шевелит ими, поворачиваясь вправо и влево.)

Вот так, вот так

Он ушами шевелит.

(Дети подражают движениям взрослого и повторяют за ним слова.)



Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп. Надо лапочки погреть!

(Взрослый и дети хлопают в ладоши и повторяют две последние строчки.)

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать.

Скок-скок, скок-скок

Надо зайке поскакать!

(Все прыгают на одном месте, повторяя: «Надо зайке поскакать!»)

Инструктор: Дети, Зайчик принес нам вот такую красивую снежинку. Давайте подуем на нее. Молодцы!

3 часть. Заключительная.

Стоп, закончилась зарядка.

Вдох и выдох для порядка.

Малыши, малыши –

Дружные ребятки.

Малыши, малыши

Сделали зарядку.

Спокойная ходьба «Проводим Зайчика».