**Комплекс утренней гимнастики для детей первой младшей группы**

**Цель:**

1. Упражнять детей в ходьбе и беге.

2. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя при ходьбе и беге.

3. Приучать детей выполнять упражнения в соответствии с произносимыми словами.

4. Вызвать у детей желание участвовать в утренней гимнастике.

**Материал:** кукла доктор Айболит, коробочка витаминов,бубен.

**Содержание:**

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, сегодня к нам пришел доктор Айболит.

*(Показываю куклу доктора Айболита).*

Он хочет посмотреть, как мы с вами делаем зарядку. Покажем доктору? *(Да)*

*Построение детей в колонну по одному.*

**Воспитатель:**

Раз, два, три! Становись ровней.

От зарядки станешь крепче,

Станешь крепче и сильней.

*(Построение детей в колонну по одному)*

1. Зашагали большие ножки топ-топ-топ, *Ходьба детей в колонне* Прямо по дорожке топ-топ-топ, *по одному (под звуки* *бубна)*

Ну-ка, веселее, вот как мы умеем топ-топ-топ.

2. Маленькие ножки бежали по дорожке *Бег врассыпную*

*3. Построение детей в круг*

4. Ой, ду-ду, ду-ду, ду-ду *И.п.- ноги слегка расставлены.*

*Руки на уровни рта.*

*Имитация игры на дудке*

*(3 раза)*

5. Потерял пастух дуду. *И.п.- ноги слегка расставлены*.

*Разведение рук в стороны*

*(3 раза)*

6. А я дудочку нашла. *И.п.- ноги слегка расставлены*.

*Поднять руки вверх, подтянуться*

*(3 раза)*

7. Пастушку я отдала. *И.п. – ноги слегка расставлены.*

*Руки на поясе. Повороты туловища*

*вправо (влево), (по 3раза в каждую*

*сторону).*

8. На-ка, милый пастушок, *И.п.- ноги слегка расставлены.*

*Наклониться вперёд с вытянутыми*

*руками (3 раза)*

9. Ты спеши-ка на лужок. *Ходьба на месте.*

10. Там буренка лежит, *И.п.- лежа на спине, руки перед грудью*

На теленочка глядит. *Вытянуть. Повороты головы вправо-*

*влево (3 раза)*

11. А домой не идет, *И.п.- стоя, руки опущены вниз.*

Молока не несёт. *Приседание (3 раза)*

12. Надо кашу варить *Воспитатель грозит пальчиком.*

Деток кашей кормить.

- Как детки радуются каше, покажите. *Прыжки на двух ногах на месте*

*(6-8 раз).*

13. Идем тихо, как мышки. *Ходьба на носочках.*

**Воспитатель:** Молодцы! Мне очень понравилось, как вы сегодня делали зарядку. Доктор Айболит, а тебе понравилась наша зарядка?

*(Обращаюсь к кукле, беру в руки и изменяю голос)*

**Доктор Айболит:** Да, очень понравилась. Молодцы! Но я к вам пришел, не с пустыми руками. Я принес вам витаминки.

*(Показываю детям баночку витаминок).*

**Воспитатель:** Спасибо, тебе доктор за витаминки. Но сначала, мы пойдем помоем руки, съедим всю вкусную кашу, а потом ты нас доктор угостишь. Хочешь с нами остаться, доктор?

**Доктор Айболит:** Конечно, очень хочется посмотреть, как дети едят кашу.

**Воспитатель:** Оставайся с нами и посмотри.

*(Сажаю куклу (доктора Айболита) на стул или шкафчик).*