Утренняя гимнастика « В стране здоровичков»

(2 младшая группа).

Программное содержание: закрепить ОВД, развивать двигательную активность. Учить детей заботиться о своем здоровье. Воспитывать желание ежедневно делать гимнастику.

Материалы: спортивный инвентарь.

Ход развлечения:

Воспитатель: Ребята, а давайте мы представим, что попали в «Страну здоровичков», превратились в веселых зайчиков. Ребята, вы хотите быть стройными и красивыми? ( Ответы детей.) Для того чтобы быть стройными, нужно заботиться о своем здоровье. Сегодня мы так и назовем наше развлечение « В стране здоровичков». Выполняйте все упражнения правильно, запоминайте их. Постарайтесь выполнять упражнения с родителями дома.

Ходьба в колонне(15 секунд).

Ходьба с приставным шагом вперед(15 секунд).

Бег врассыпную (20 секунд).

Ходьба по кругу (15 секунд).

Построение в круг.

Упражнение « Зайка вырастет большой». Исходная позиция: стоя, ноги вместе, руки опущены. Подняться на носочки, руки вверх. Вдох. Опуститься на всю ступню, руки опустить. Выдох. Выдыхая произносить: «у-х-х-х-х». Повторить: раз. Темп умеренный.

Упражнение « Зайчик занимается спортом». (Упражнение с кеглями).

Упражнение « Зайке весело с детьми». ( Упражнение с мячом).

Воспитатель предлагает ребятам поиграть с ним в игру « Зайка серенький сидит». Игра повторяется 2 раза.

Ходьба в колоне по одному. (15 секунд).

Воспитатель хвалит детей за то, что они очень красиво, дружно выполняли упражнения.