**В гостях у сказки**  
  
**(утренняя гимнастика во второй младшей группе).**

1. **«В гости к трём медведям».**

(по сказке «Три медведя»)  
  
***Вводная часть.***  
  
*Воспитатель:*в лес ребята мы пойдём,   
  
Друг за другом все встаём.  
  
  
*Построение в колонну.*  
  
  
В русской сказке побываем,  
  
Трёх медведей повстречаем.  
  
Мёду взять мы не забудем,  
  
А медведи рады будут.  
  
  
*Имитация бочонка.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Веселее детвора.  
  
  
*Ходьба в колонне 10-12 с.*  
  
  
Ноги выше поднимаем,   
  
На жучков не наступаем.  
  
  
*^ Ходьба с высоким пониманием колена, руки свободны, 10-12с.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Выше ноги детвора.  
  
По дорожке побежим,  
  
В гости к сказке поспешим.  
  
  
*^ Бег в колонне 10-12с.*  
  
  
Обежали, побежали  
  
И нисколько не устали.  
  
По тропинке мы пойдём,  
  
К трём медведям попадём.  
  
  
*Ходьба в колонне 10-12с.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Друг за другом, детвора.  
  
Стой, ребята, мы пришли  
  
И поляночку нашли.  
  
  
*^ Перестроение в круг.*  
  
  
В круг скорее все вставайте  
  
И медведей поджидаёте.  
  
  
**Общеразвивающие упражнения.**  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Вот папа медведь нас встречает.  
  
  
*^ Руки поднять вверх, «округлить»,*  
  
*Пальцы разведены. И.п. 4-6 раз.*  
  
  
Лапы мохнатые вверх поднимает.  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Повторяйте, детвора.  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Медведица мама вперевалку идёт,  
  
  
*^ Наклоны вправо - влево, и.п. по 3 раза в каждую сторону.*  
  
  
С собой Мишутку сыночка ведёт.  
  
Влево раз, вправо раз  
  
Наклонитесь все сейчас.  
  
Влево раз, вправо раз  
  
Получается у вас.  
  
  
И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Вот и пришёл малыш медвежонок.  
  
Он мамы и папы медведей ребёнок,  
  
Стал приседать и шалить,  
  
Громко лапами бить.  
  
  
*^ Присесть, руки вперёд с хлопком.*  
  
*И.п. 4-6 раз.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Повторяйте, детвора.  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.  
  
  
*Воспитатель*:  
  
Мёд мишутке мы отдали, Все медведи прыгать стали.  
  
Раз – два, три – четыре –  
  
Сладкий мёд все получили.  
  
  
*^ 8 прыжков на двух ногах.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Все запрыгали тогда.  
  
Пошагаем, отдохнём,   
  
Прыгать мы опять начнём.  
  
  
*Ходьба на месте.*  
  
  
Раз – два, три – четыре –  
  
Сладкий мёд все получили.  
  
  
*^ 8 прыжков на двух ногах.*  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Мишки мёда аромат вдыхают,  
  
И поклоны посылают.  
  
  
*^ Дыхательное упражнение. На слово «вдох» поднять руки вверх, на слово «выдох» - плавно опустить.*  
  
  
***Заключительная часть.***  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Друг за другом повернулись,  
  
Медвежатам улыбнулись,  
  
И весёлою гурьбой,   
  
все отравились домой.  
  
  
*^ Спокойная ходьба.*  
  
  
По тропинке мы пойдём,  
  
Дорогу к дому мы найдём.  
  
Раз – два, три – четыре –  
  
Ноги вые, плечи шире.  
  
По дорожке побежим  
  
И домой мы поспешим.  
  
  
*^ Лёгкий бег.*  
  
  
Обежим, побежим  
  
И домой поспешим.  
  
Сказка кончилась, и мы  
  
Все домой идти должны.  
  
  
*Спокойная ходьба.*  
  
  
Раз – два – три, раз – два – три –  
  
Вы устали, малыши?  
  
  
*Дети:* Нет!  
  
  
**«Ёжик – путешественник»**  
  
(по сказке «Ёж и грибок»)  
  
  
**^ Вводная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Ёж в соседний лес идёт,  
  
Всех ребят с собой зовёт.  
  
*Построение.*  
  
  
Выглянуло солнышко,   
  
Ёж идёт гулять.  
  
Как приятно с ёжиком  
  
Вместе нам шагать.  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Весело шагать,  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Руки поднимать.  
  
  
*Ходьба 10-12 с.*  
  
  
Выглянуло солнышко,  
  
Светит высоко.  
  
Ёж по лесу бегает,  
  
И нам бежать легко.  
  
Разбежались дети кто куда,  
  
Вы не потеряйтесь, детвора.  
  
  
*Бег врассыпную 16 с.*  
  
  
Ярко светит солнышко,   
  
Светит высоко,  
  
По тропинке с ёжиком  
  
Нам шагать легко.  
  
Вдруг мы тучку увидали,  
  
И как зайцы прыгать стали.  
  
  
*^ Прыжки с продвижением вперёд 7-8 с.*  
  
  
Прыг – скок, прыг – скок –  
  
Догони меня дружок.  
  
Мы попрыгали немножко,  
  
Только в путь зовёт дорожка.  
  
  
Снова солнышко сияет,  
  
Ёжик с детками шагает.  
  
  
*Ходьба 10-12 с.*  
  
  
Солнышко скрывается,  
  
Тучка надвигается.  
  
Будем крышу мы искать,  
  
От дождя убегать.  
  
Гриб большой мя увидали,  
  
Под грибок вокруг все встали.  
  
  
*^ Перестроение в круг.*  
  
  
**Общеразвивающие упражнения.**  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставить, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Нас не мочит под грибом,  
  
Мы до шляпки достаём.  
  
  
*^ Подняться на носочки, руки вверх. И.п. – 6 раз.*  
  
  
Раз – два, три – четыре –  
  
Вот такие мы большие.  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Показался солнца лучик,  
  
Стало нам светлее.  
  
И цветы нам закивали,  
  
Стало веселее.  
  
  
*^ Повороты вправо, влево по 3 в каждую сторону.*  
  
Раз – два – улыбнись,  
  
Влево – вправо повернись.  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Ёж угощенье потерял,  
  
Наклонялся он, искал.  
  
Где же тот бугорок,  
  
Где лежит узелок.  
  
Вы, ребята, помогите,  
  
Узелок мой поищите.  
  
  
*^ Наклоны вперёд, руки скользят по ногам, выпрямиться, руки завести в стороны, 4 раза.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Не нашли узелка.  
  
  
И.п.: стоя, ноги вместе, руки опущены.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Положил ёж узелок  
  
На какой - то бугорок.  
  
Не было там бугорка,  
  
Это шляпка от грибка.  
  
Гриб под дождиком подрос,  
  
Узелок с собой унёс.  
  
Будем прыгать скок – скок,  
  
И достанем узелок.  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Выше прыгай детвора.  
  
  
*^ Прыжки 8 раз.*  
  
  
Пошагаем, отдохнём,  
  
Прыгать мы опять начнём.  
  
  
*Ходьба на месте, прыжки 8 раз*.  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Выше прыгай детвора.  
  
Наклонился грибок,  
  
На, лови узелок.  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Небо чистое вдруг стало,  
  
Солнце в небе засияло,  
  
Радуга вверху повисла,  
  
Как цветное коромысло.  
  
Будем радугу встречать,  
  
Свежим воздухом дышать.  
  
  
*^ Дыхательные упражнения 4 раза.*  
  
  
**Заключительная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Ёжик к другу пришёл,  
  
Ёжик друга нашёл.  
  
Сказка кончилась, и мы  
  
Все домой идти должны.  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Нам домой идти пора.  
  
  
*^ Ходьба друг за другом*.  
  
  
Мы домой поспешим,  
  
По дорожке побежим.  
  
  
*Лёгкий бег.*  
  
  
А теперь на завтрак дружно  
  
Зашагали малыши.  
  
  
*Ходьба.*  
  
  
Завтра будем мы опять  
  
Вместе с ёжиком играть.  
  
  
**Котёнок.**  
  
(по сказке «Про маленького котёнка»)  
  
  
**^ Вводная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Стройтесь дети на зарядку,  
  
Рассчитайтесь по порядку,  
  
В сказку мы попадём  
  
И котёночка найдём.  
  
  
*^ Построение в колонну.*  
  
По дорожке мы идём  
  
Раз – два, раз – два -,  
  
Мы котёночка найдём  
  
Раз – два, раз – два.  
  
  
*Ходьба 10-12 с.*  
  
  
Мы мышатами все встали,  
  
На носочки дружно встали.  
  
  
*^ Ходьба на носочках 10 с.*  
  
  
Мы шуметь не будем,  
  
Котёнка не разбудим.  
  
А теперь побежим  
  
И к котёнку поспешим.  
  
  
*Бег 10-12 с.*  
  
  
Стоп, детишки,  
  
Мы пришли.  
  
Вот котёнок, мы пришли.  
  
  
*^ Перестроение в круг.*  
  
  
**Общеразвивающие упражнения.**  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Рыжий маленький котёнок,  
  
Мамы – кошки он ребёнок.  
  
Он проснулся, улыбнулся,  
  
Сладко – сладко потянулся.  
  
Покажите – ка, друзья –  
  
Раз – два, раз – два.  
  
  
*^ Поднять руки вверх, потянуться. И.п. 4-6 раз.*  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Он молока хотел попить,  
  
Но забыл, как попросить.  
  
Заплакал маленький котёнок,  
  
Ну а мимо ёл гусёнок.  
  
Вправо, влево повернулся  
  
И котёнку улыбнулся,  
  
Чтоб была у вас еда,  
  
Надо говорить: «Га – га».  
  
Влево «га», вправо «га»,  
  
Повернитесь – ка, друзья.  
  
  
*^ По три поворота в каждую сторону.*  
  
  
Гусь котёнку не помог,  
  
«Мяу» вспомнить он не мог.  
  
  
И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Мимо свинка проходила  
  
И котёнку говорила:  
  
«Хрю скажи и присядь,  
  
Молока дадут опять».  
  
Хрюкнуть и присесть мы можем,  
  
Мы котёночку поможем.  
  
*^ Присесть со словом «хрю» 4 раза.*  
  
  
Нет, ошиблась и свинья,  
  
Не такие слова должен кот говорить,  
  
Чтобы еды опросить.  
  
  
И.п.: стоя, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
И козёл и корова  
  
Обманули котёнка снова.  
  
Тут пришёл Василий – кот,  
  
Прыгнул он в огород,  
  
«Мяу», - ласково сказал,  
  
И котёнок услыхал.  
  
На задние лапы встал котёнок  
  
И запрыгал, как ребёнок.  
  
И детишки прыгать стали  
  
И руками замахали.  
  
  
*^ 8 прыжков на двух ногах 2 раза.*  
  
  
Отдохнули, пошагали,  
  
Снова дети прыгать стали.  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Мама завтрак принесла  
  
И котёнку отдала,  
  
Рыжик глубоко вздохнул,  
  
Носом воздух потянул.  
  
Ну – кК, глубже все вздыхайте,  
  
Что на завтрак, угадайте.  
  
  
*^ Упражнение на дыхание.*  
  
  
**Заключительная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Мы котёнка разбудили,  
  
У него мы погостили.  
  
А теперь, домой пора,  
  
Повернулись, детвора.  
  
По дорожке мы идём  
  
И ничуть не устаём.  
  
  
*^ Ходьба.*  
  
  
А теперь мы поспешим,  
  
По тропинке обежим.  
  
  
*Лёгкий бег.*  
  
  
Мы немножко обежали  
  
И опять все зашагали.  
  
  
*Ходьба.*  
  
  
Раз – два – не спеши,  
  
Раз – два – мы пришли.  
  
  
**«Снеговик – спортсмен»**  
  
(по сказке «Весёлый снеговик»)  
  
  
**^ Вводная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
К нам зима пришла,  
  
Собирайтесь, малыши,  
  
На зарядку пойдём,  
  
В сказку мы пойдём.  
  
  
*Построение в колонну.*  
  
  
Отправляемся гулять,   
  
Чудеса нас ждут опять.  
  
Чтобы нам не потеряться,  
  
Нужно за руки держаться.  
  
  
*^ Ходьба змейкой 16-20 с.*  
  
  
По сугробам мы шагаем,  
  
Выше ноги поднимаем.  
  
  
*Ходьба с высоким подниманием коленей 10-12 с.*  
  
  
Очень холодно зимой,  
  
Побежали все за мной.  
  
  
*^ Бег в колонне за взрослым 10-12 с.*  
  
  
Вот пошёл снегопад,  
  
Снегу каждый очень рад.  
  
По дорожке мы шагаем,  
  
Руки выше поднимаем.  
  
  
*Ходьба с поднятыми руками вверх 10-12 с.*  
  
  
Стоп, детишки, мы пришли  
  
И Весельчака нашли,  
  
Он скучать не привык,  
  
Он забавный снеговик.  
  
  
*Перестроение.*  
  
  
**Общеразвивающие упражнения.**  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Снеговик в снежки играет,  
  
Далеко он их бросает.  
  
Эй, ребята, не зевайте,  
  
Все движенья повторяйте.  
  
  
*^ Поднять по очереди правую и левую руку вверх, имитировать бросок, повторить 3 раза каждой рукой.*  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на пояс.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Снеговик гостям рад,  
  
На горку он зовёт ребят.  
  
Мы на санки дружно сели,  
  
С горки вместе полетели.  
  
Вправо, влево наклонились,  
  
Крепко в саночках держись.  
  
  
*^ Наклоны вправо – влево 4-6 раз.*  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, кисти в кулаке.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Палки лыжные мы взяли  
  
И на лыжи быстро встали.  
  
Оттолкнулись и присели,  
  
И теперь мы ближе к цели.  
  
  
*^ Полуприсед, руки отвести назад, сказать «Ух!» 6 раз.*  
  
Сели – встали, сели – встали-  
  
Мы снеговика догнали.  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки сзади.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Снеговик на льду скользит,  
  
Повторяйте смело.  
  
Прыгайте, как фигуристы  
  
Ловко и умело.  
  
Раз – два – повернулись,  
  
Три – четыре – улыбнулись.  
  
  
*^ 8 прыжков на двух ногах с поворотом вокруг себя 2 раза.*  
  
  
А теперь отдохнём,  
  
На коньках скользить начнём.  
  
  
*Скользить между прыжками.*  
  
  
Вправо шаг, влево шаг,  
  
Снеговик очень рад.  
  
  
**^ Заключительная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Снеговика повеселили,  
  
Поиграли, пошалили,  
  
А теперь домой ора,  
  
Собираемся, друзья.  
  
Зашагали наши ножки  
  
По заснеженным дорожкам.  
  
Раз – два – мы пошли,  
  
Веселее, малыши.  
  
  
*^ Спокойная ходьба.*  
  
  
Чтобы не замёрзли ножки,  
  
Мы погреем их немножко.  
  
Раз – два – три, раз – два – три –  
  
Смотри не упади.  
  
  
*Лёгкий бег.*  
  
Мы погрели наши ножки,  
  
Зашагали по дорожке.  
  
  
*Ходьба.*  
  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Вот и кончилась игра.  
  
  
**«Рукавичка»**  
  
(по сказке «Рукавичка»)  
  
  
**^ Вводная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
На зарядку по порядку  
  
Становитесь все опять  
  
Потерял дед рукавичку,  
  
Мы идём её искать.  
  
  
*^ Построение в колонну.*  
  
  
Друг за другом мы пойдём,  
  
Рукавичку мы найдём.  
  
  
*Ходьба 10-12 с.*  
  
  
Побежали наши ножки,  
  
Каждый по своей дорожке,  
  
Вы внимательно смотрите,  
  
Рукавичку все ищите.  
  
  
*^ Бег врассыпную 16-20 с.*  
  
  
Дети друг за другом встали  
  
И красиво зашагали.  
  
  
*Ходьба по кругу 10-12 с.*  
  
  
Снова обежали ножки,  
  
Каждый по своей дорожке.  
  
Рукавичку мы найдём,  
  
Её деду принесём.  
  
  
*^ Бег врассыпную 16-20 с.*  
  
  
А теперь в кружок все встали,  
  
По тропинке зашагали.  
  
  
*Ходьба 10 с.*  
  
  
Вот полянка, вот и лес,  
  
Вот и ёлка до небес,  
  
  
А под ёлкой рукавичка,  
  
Рукавичка – невеличка.  
  
  
*^ Перестроение в круг.*  
  
  
**Общеразвивающие упражнения.**  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Удивись ребятки:  
  
«Кто играет с нами в прятки?  
  
Кто залез в рукавичку,  
  
В рукавичку – невеличку?»  
  
  
*^ Поднять плечи, развести руки в стороны, удивиться. И.П. 4-6 раз*.  
  
  
И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Появилась слева мышка – норушка.  
  
*^ По три поворота вправо и влево.*  
  
  
Справа показалась лягушка – квакушка.  
  
  
Слева вывалился мишка – топтыжка,  
  
Справа серый волчишка.  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Дети, дружно приседайте,  
  
Рукавичку поднимайте.  
  
Раз – два, раз – два –  
  
Неподъёмная она.  
  
Сели – встали, сели – встали,  
  
Рукавичку не подняли.  
  
  
*^ Присесть, руками коснуться пола 4 раза.*  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Звери дружно прыгать стали  
  
И все вместе закричали:  
  
«Вы оставьте рукавичку, мы  
  
Вам спляшем вшестером  
  
И отсюда в лес холодный  
  
Ни за что мы не уйдём.  
  
Прыг – скок, прыг – скок  
  
Прыгай с нами дружок».  
  
  
*^ По 8 прыжков 2 раза.*  
  
  
И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Рукавичка растянулась,  
  
Рукавичка подросла,  
  
Шестерых зверей вмещает,  
  
Будет деду велика.  
  
А какая она стала?  
  
Покажите – ка, друзья.  
  
Раз –два, раз – два – рукавичка велика.  
  
  
*^ Поднять руки вверх, развести в стороны 4 раза.*  
  
  
**Заключительная часть.**  
  
  
*Воспитатель:*  
  
Сказка кончилась, и мы  
  
Все домой идти должны.  
  
Ах ты, зимушка – зима,  
  
Все дорожки замела.  
  
Друг за другом пойдём –  
  
Мы дорожку найдём.   
  
  
*^ Спокойная ходьба.*