**Группа:** Вторая младшая

**Воспитатель:** Быкова Е.В.

**Тема:** Утренняя зарядка «Солнышко лучистое…»

**Цели:**

Перевести ребенка в бодрое состояние, активизировать и содействовать переходу к более интенсивной деятельности; способствовать усилению всех физиологических процессов— дыханию, кровообращению, обмену веществ, улучшению питания всех органов и систем, что создает условия для увеличения работоспособности.

С помощью двигательной активности приводить в деятельное состояние различные анализаторы. Активизировать сердечно-сосудистую, дыхательную системы, растормаживать нервную систему, создавать условия для хорошей умственной работоспособности, для перехода к деятельному состоянию всего организма.

Повышая жизненный тонус организма, создавать благоприятные условия для дальнейшей деятельности, благотворно влиять на развитие организованности, дисциплинированности, выдержки.

**Оборудование:** аудиозапись утренней зарядки «Солышко лучистое…»

**Ход занятия**

* + 1. Организационный момент.
    2. Основная часть занятия:

Эй,Лежебоки,ну ка вставайте!На зарядку выбегайте!

Хорошенько потянулись, наконец-то вы проснулись! ( потягивание, дыхательное упр.)  
Начинаем! Все готовы? Отвечаем-все готовы!  
отвечаем, все здоровы?!Отвечаем-все здоровы!  
Становитесь по порядку, на веселую зарядку.

Приготовились, начнем и все вместе подпоём. (И.п. Руки на поясе, ноги на ширине  
Солнышко лучистое, любит скакать, плеч, повороты головой влево и  
С облачка на облачко перелетать! Вот так вот вправо, вперед и назад)  
Раз,два,три,четыре,раз,два три,четыре  
Раз,два,три,четыре,пять.  
Еще раз!Раз,два,три,четыре,раз,два,три,четыре,  
Раз,два,три,четыре,пять!

Все разрабатываем руки! Нету места больше скуки! (руки в стороны и вверх  
Все разрабатываем плечи чтоб походу было легче!  
Все разрабатываем ноги, чтоб не уставать в дороге. с добавлением шага на месте)  
Все разрабатываем шею, что бы пелось веселее.  
Солнышко лучистое любит скакать,

с облачка на облачко перелетать.  
Все вместе!

Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре,

раз, два, три, четыре, пять!  
Еще раз!  
Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре, пять!  
Так, приготовились, сей момент, очень важный элемент (наклоны туловища вперед с  
Надо пополам согнуться и руками земли коснуться! касанием пальцев пола  
Ну-ка, ноги не сгибать! Раз, два, три, четыре, пять!  
Молодцы! Все постарались, разогнулись, отдышались.  
Солнышко лучистое любит скакать,   
С облачка на облачко перелетать! вот так вот  
Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Еще раз! Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Не халтурить! Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре, (руки на поясе, приседания)  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Прыгают, скачут все на свете, даже зайцы и медведи. (прыжки на месте)  
А жирафы и слоны скачут прямо до луны.  
Кошки, белки, утки, свинки, все на утренней разминке  
Всем прибавилось настроенья от такого пробужденья.  
Солнышко лучистое, любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать!  
Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!  
С чувством полного удволетворенья в заключенье упражненья, (на носках, руки вверх )   
Встали тихо на носочки, тянем руки что есть мочи!   
Прям до неба дотянись выдыхаем, руки в низ!  
Поздравляем, все в порядке, молодцы! конец зарядки!  
Солнышко лучистое, любит скакать,  
С облачка на облачко перелетать! все вместе!  
Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Еще раз!

Раз, два, три, четыре, раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре, пять!

3.Заключительная часть.

-Молодцы ребята! Желаю всем хорошего дня!