**Утренняя гимнастика**

**«Петя-петушок»**

**Воспитатель.** Ребята, к нам в гости сегодня пришел

пе­тушок. (Показывает игрушечного петушка.)

Петушок. Ку-ка-ре-ку.

**Воспитатель.**

Петушок, петушок,

Золотой гребешок,

Масляна головушка,

Шелкова бородушка.

Что ты рано встаешь,

Голосисто поешь,

Деткам спать не даешь?

**Петушок.** Я хочу провести с ребятами зарядку.

**Воспитатель.** Покажем петушку, как мы умеем ходить. Ходьба стайкой за петушком (20 секунд).

Ходьба, высоко поднимая колени, отводя руки

в стороны, хлопая ими по бокам (20 секунд).

**Воспитатель.** Убегаем от петушка. Бег врассыпную

(20 секунд).

Ходьба врассыпную (20 секунд).

Построение врассыпную.

**Петушок.** Повторяйте за мной упражнения, ребята.

По­кажите, какие вы ловкие.

**Упражнение «Петушок машет крыльями»**

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены,

руки за спину.

Руки в стороны, помахать всей рукой и кистью.

Вернуться в исходную позицию.

Повторить 5 раз. Темп умеренный.

Указания: «Держите спину ровно».

**Упражнение «Петушок пьет водичку»**

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.

Наклониться.

Вернуться в исходную позицию. Высоко поднять голову.

Повторить 4 раза. Темп умеренный.

Указание: «Хорошо выпрямить спину после наклона».

**Упражнение «Петушок клюет зернышки»**

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу.

Присесть, постучать пальчиками по полу.

Вернуться в исходную позицию.

Повторить 4 раза. Темп умеренный.

**Упражнение «Петушок радуется»**

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.

2—3 пружинки и 5—6 подпрыгиваний. Дыхание произвольное.

Повторить 2 раза, чередуя с ходьбой на месте.

**Заключительная часть**

Ходьба в колонне за петушком (30 секунд).

**Дыхательное упражнение «Петушок»**

Исходная позиция: стоя, ноги врозь, руки опущены. Вдох. Выдыхая, произносить: «Ку-ка-ре-ку!» Повторить 3 раза.

**Воспитатель.** Ребята, давайте выучим стихотворение про петушка: Петушок, петушок,

Подари мне гребешок.

Ну, пожалуйста, прошу,

Я кудряшки расчешу.

Дети благодарят петушка за интересные упражнения и возв­ращаются в группу