**Комплекс утренней гимнастики на ИЮНЬ месяц**

**Общеразвивающие упражнения**

|  |  |
| --- | --- |
| **1-2 неделя** | **3-4 неделя** |
| Комплекс № 1ВВОДНАЯ ЧАСТЬХодьба в произвольном направлении; на месте; повернуться ко взрослому1. «ПТИЧКИ»И. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.**Выполнение**: развести руки в стороны, помахать ими, опус­тить.Повторить: 4 раза.2. «ПТИЧКИ ПЬЮТ»И. п.: ноги шире плеч, руки внизу.Выполнение: наклон вперед, руки отвести назад, выпрямиться.Повторить: 4—5 раз.3. «ПРЫГ-СКОК»И. п.: произвольное. Выполнение: подскоки на месте.Повторить: 6-8 раз, чередуя с ходьбой |  Комплекс № 2ВВОДНАЯ ЧАСТЬХодьба в произвольном направлении, медленный бег, ходьба на месте, повернуться ко взрослому.1. «СОЛНЫШКО»И. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдольтела.Выполнение: поднять руки вверх, потянуться, опустить руки. Повторить: 4 раза.2. «ТУК-ТУК»И. п.: ноги шире плеч, руки внизуВыполнение: наклон вперед, постучать ладошками по коленям.Повторить: 4-5 раз.3. «ПРЯТКИ»И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизуВыполнение: присесть на корточки кисти рук положить на колени. «дети спрятались»Повторить: 4-5 раз.Ходьба в произвольном направлении, на месте |

 **Комплекс «бодрящей» гимнастики на июнь.**

1. Пробуждение после сна под музыку.
2. Упражнения в постели:
 Стоит в поле теремок

Он ни низок, ни высок

*(Поднимание рук вверх-вниз)*

Кто - кто в теремочке живет

*(Поворот головы вправо, влево)*

Кто-кто в ни высоком живет

*(Хлопки под согнутыми коленками)*

В теремке зверюшки живут

(*Поднимание ног по очередности )*

Варят кашу, варят щи, вот какие молодцы

*(Поглаживание живота круговыми движениями)*

1. Ходьба по массажным дорожкам, ходьба по групповой комнате под музыку, танцевальными движениями.

 Обмывание рук до локтя, водой комнатной температуры.

**План работы с родителями на июнь.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы работы** | **Темы** |
| Развлечения  | «Здравствуй, лето красное».Летний спортивный праздник. |
| Родительское собрание | «Организация работы с детьми в летний период». |
| Наглядная информация | Рекомендации по проведению воздушных и солнечных ванн (стенд - папки).«Как одевать ребёнка летом?»Профилактика пищевых отравлений, кишечных заболеваний.«Детский травматизм»«Осторожно, ядовитые растения!»«Безопасность детей летом» |
| Праздник-досугКонсультация и беседы | «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» «Как предупредить пищевые отравления?»«Перегревание детей»«Игры с детьми в летний период на улице»«Вредные привычки детей»«Одеваем детей по погоде» |
| Конкурс  | Конкурс детского рисунка на асфальте |