Департамент образования города Москвы

 Государственное образовательное учреждение

 Детский сад комбинированного вида № 717

**Конспект занятия в старшей группе**

**Тема: «Пробуждение детей после дневного сна »**

 Подготовила и провела

 воспитатель группы «Березонька»

 Кузнецова Е.В.

Москва 2013

Цель: Поднять настроение и мышечный тонус у детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.

Оборудование: магнитофон, диск с мелодией Сергей Сиротин «История»

**Ход занятия:**

Воспитатель входит в спальню и включает магнитофон с мелодией «История» Сергея Сиротина.

Звучит тихая, спокойная мелодия. Дети выполняют гимнастику после дневного сна в соответствии со словами стихотворения.

Тили-тили-тили-дон,
Что за странный перезвон. Дети просыпаются.
То будильник наш звенит,
Просыпаться нам велит.

Прогоню остатки сна
Одеяло в сторону. Дети скидывают одеяло.
Нам гимнастика нужна
Помогает здорово.

Мы проснулись, потянулись. Дети потягиваются.
С боку набок повернулись, Дети поворачиваются с боку на бок.
И обратно потянулись.
И еще один разок,
С боку набок повернулись,
И обратно потянулись.

Ножки мы подняли, Дети поднимают ноги вверх, имитируя
На педали встали. вращение педалей.
Быстрей педали я кручу,
И качу, качу, качу.
Очутились на лугу.
Крылья пестрые порхают, Дети поднимают руки в стороны,
Это бабочки летают. Имитируя взмахи крыльями.

Встанем у кроватки дружно. Дети встают на пол около кроватей.
И посмотрим мы в окно. Повороты головой в стороны.
Шел петух по двору,
Крикнул нам «Ку-ка-ре-ку!»
Крыльями похлопал, Взмахи руками около туловища.
Ножками потопал. Ходьба на месте.

Ну и мы в ответ ему
Крикнем все «Ку-ка-ре-ку!» Дыхательная гимнастика (наклониться
Наши ножки, наши ножки вперед на выдохе произнести Ку-ка-ре-ку)
Побежали по дорожке. Бег на месте.

Упражнение на профилактику плоскостопия: ходьба по «Дорожке здоровья»

Зашагали ножки, топ, топ, топ!

Прямо по дорожке, топ, топ, топ!

Ну-ка веселее, топ, топ, топ!

Вот как мы гуляем, топ, топ, топ!

Топают ножки, топ, топ, топ!

Прямо по дорожке, топ, топ, топ!

Это наши ножки, топ, топ, топ! (Дети проходят по

 ребристой ортопедической дорожке)