Комплексы утренней гимнастики

в младшей группе на 2015-2016 г.

«До свидания,лето! Здравствуй,детский сад!»

1. «Выше мяч»

И. п.: ноги слегка расставить, мяч опущен. Мяч вверх, посмотреть, опустить, сказать «вниз». Повторить 4—5 раз.

2. «Вот он»

И. п.: ноги врозь, мяч перед грудью. Наклон вперед, мяч вперед, сказать «вот он». Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз. Ноги в ко­ленях не сгибать.

3. «Веселый мяч»

И. п.: ноги слегка расставить, мяч перед ногами, руки за спину. Присесть, катать мяч от руки к руке, остановить и быстро выпря­миться. Повторить 4—5 раз.

4.«Подпрыгивание»

И. п.: ноги слегка расставить, мяч на земле, около ног, руки на пояс. Подпрыгивание вокруг мяча — круг и 8—10 шагов со взма­хом рук. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза.

5. «К себе и вниз»

И. п.: то же, мяч опущен. Мяч к себе, носом — вдох. Мяч опус­тить, на выдохе произнести: «вни-и-из». Повторить 3—4 раза.

2. Бег с одной стороны площадки на другую за мячом (воспитатель прокатывает мяч большого диаметра); ходьба на другую сторону площадки за воспитателем (у него в руках мяч

«Осень»

1. Ходьба с одной стороны площадки на противоположную за воспитателем – посмотрим на осенние листочки.

2.Маленький гномик по лесу гулял, (ходьба по кругу)

Маленький гномик осень искал. (ходьба на носках, приставляем ко лбу то правую,

то левую руку)

Каблучки вот так стучали, (ходьба на пятках, руки сцеплены за спиной)

Ножки у гномика быстро устали. (ходьба с высоким подниманием колен)

Как медвежонок он походил, (ходьба "по-медвежьи")

Как пингвиненок он походил, (ходьба «Пингвины»)

А потом ещё побегал (бег по кругу)

И усталость победил! Ура-а-а! (легкие подпрыгивания на месте)

1. «Осенние деревья» (ИП – ноги на ширине плеч, руки на поясе, 1 – руки вверх, 2 - ИП)

2. «Листопад» (ИП – ноги на ширине плеч, руки на поясе, 1 – наклон вперед, потрясти кистями рук, 2 - ИП)

3. «Голые кусты» (ИП – ноги на ширине плеч, руки на поясе, 1 – наклон вправо, 2 – ИП, 3 – наклон влево, 4 - ИП)

4. «Собираем листья» (приседания)

5. «Попрыгаем на осеннем ковре»

6. Упражнение на восстановление дыхания

- Пока Гномик гулял и искал осень, осенний дождь пошел (после этих слов дети делают вдох, приседают и на выдохе проговаривают «кап-кап-кап-кап» - 3-4 раза)

-Промок Гномик до ниточки. Домой нужно спешить. Ведь осень – прохладное время года, легко простудиться (ходьба по кругу) .

«Я и моя семья.Я в мире человек»

1. Ходьба и бег в колонне по одному за воспитателем — он паровозик.

**2 «Дружная семья»**

1. И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину; хлопки перед лицом 8 раз под слова:

«Папа, мама, брат и я вместе — дружная семья!»

Вернуться в и.п.. Повторить 3 раза.

2. «Все вместе наклоняемся, Физкультурой занимаемся!»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, ладони на колени, смотреть вперед. Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. «Папа большой, а я — маленький. Пусть я маленький, Зато — удаленький.»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз. Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз.

4. «Прыгаем мы дружно, Это очень нужно! Кто же прыгнет выше — Мама или Миша?»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Выполнить 6—8 подпрыгиваний; непродолжительная ходьба (5—6 сек). Повторить 2 раза.

5. «Носом воздух мы вдыхаем, Ртом мы воздух выдыхаем. Не страшна простуда нам, Нам не нужно к докторам!»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, вдох носом. Вернуться в и. п., выдох ртом, губы трубочкой. Повторить 3—4 раза.

**Подвижная игра с речевым сопровождением «Кто живет у нас в квартире?»**

Перед началом игры дети образуют круг. Педагог находится в центре круга, он произносит текст и показывает движения, которые дети повторяют.

Кто живет у нас в квартире?( Шагают на месте.)

Раз, два, три, четыре. Будем мы сейчас считать — Раз, два, три, четыре, пять!( Хлопают в ладоши.)

Мама, папа, брат, сестра — Сосчитаю всех едва!( Выполняют «пружинку», руки на пояс.)

Самый главный — это я,( Прикладывают руки к груди.)

Вот и вся моя семья( Поднимают руки вверх, затем медленно опускают вниз)

«Мой дом .Мой город.»

1.»Прогулка по квартире»-муз.Е.Железновой

**2 «Самолет»**

I. Вводная. Ходьба, ходьба приставным шагом, ходьба, бег, перестроение в круг темп, дозировка ??. Ходьба на носках (руки — ?), ходьба на пятках (руки — ?)

II. ОРУ

«Самолет». И.п. ноги слегка расставлены, руки вниз. Руки в стороны – «крылья самолета», вернуть в И.п.- «улетел самолет». Д-6 раз.

«Самолет выбирает место посадки». И.п. ноги врозь, руки в стороны. наклон вперед, поворот головы в одну, другую сторону, И.п. – Д-6 раз.

«Посадки». И.п. ноги слегка расставить, руки за спину. Руки в стороны, присесть – «опустился на землю», вернуться в И.п.  Позже говорить «сели» – Д-6 раз.

«Летчики отдыхают». И.п. лежа на спине. Повернуться на бок, живот, другой бок, и опять на спину. дыхание произвольное. Д-6 раз (по 3 раза в каждую сторону).

«Летчикам весело». И.п. ноги слегка расставлены, руки на поясе.  Слегка сгибать и выпрямлять ноги («пружинки»), затем перейти на подпрыгивания.  Д-2-3 раза по 6-8 подпрыгиваний, чередуя с ходьбой.

III. Заключительная часть. Бег быстрый ( время ? с переходом на медленный, ходьбу). Дыхательное упражнение «Поиграем на дудочке».

«Новогодний праздник»

«**Мы Морозы»**

I ч. « Морозы идут по лесу. Посыпают снегом большие и маленькие деревья»

Ходьба по кругу, на носках. Бег лёгкий по кругу.

II ч. ОРУ

1. « Сыплем на землю снежок»

и.п. стоя, руки вниз поднимать руки вверх и опускать, встряхивая кистями4-5 раз

2. «Заморозим речку»

и.п. стоя, ноги шире плеч, руки на поясе наклоны вперёд, руки к пол4 раз

3. «Дует холодный ветер»

и.п. стоя на коленях, руки ко рту - вдох повороты в стороны – выдох4 раза

4. «На землю падают снежинки»

Прыжки в разных направлениях

III ч. Заключительная ходьба

**«Елка-елочка»**

Елка, елочка, Зеленые иголочки,

Золотые шарики, Яркие фонарики.

Дед Мороз под Новый год Нам подарки принесет.

Дружно к елочке пойдем, Свои подарочки найдем.

1. «Колючие иголочки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед, пошевелить пальцами, сказать

«колючие». Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

2. «Здоровается с нами елочка, машет лапами с иголочками»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи: одна рука вперед, другая — назад. После 4—6 движений отдых. Приучать к большой амплитуде движений. Дыхание произвольное. Повторить 3—4 раза.

3. «Мы очень любим елочку»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вперед полукругом. Вернуться в и. п. Ноги не сгибать, при наклоне смотреть вперед. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.

4. «Спрячемся под елочкой»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Присесть, опустить голову, руками обхватить колени, сказать «спрятались». Вернуться и. п., хорошо выпрямиться. Упражнение выполнять в умеренном темпе. Повторить 5 раз

5. «Смолою пахнет елочка»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться и. п., на выдохе произнести «а-а-ах!» Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Найдем Снегурочку»

Инвентарь: кукла, (Снегурочка) (высота куклы 20-25 см).

Педагог до занятия прячет Снегурочку на игровой площадке. Детям предлагается найти

Снегурочку, при этом педагог может помочь это сделать по определенным приметам. Ребенок, нашедший куклу, приносит ее педагогу

«Зима»

Ходьба друг за другом. Бег. Ходьба на носках. Построение в круг.

Общеразвивающие упражнения:

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | *«Погреем руки».* И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять согнутые руки, хлопнуть перед грудью, сказать «хлоп», опустить вниз. Повторить 5 раз. |
| 2 | *«Погреем ноги».* И.п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки внизу. Наклониться, похлопать по коленям, сказать «хлоп», выпрямиться. Повторить 5 раз. |
| 3 | «Попрыгаем». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Выполнить 6 прыжков на двух ногах на месте, походить на месте, вновь повторить прыжки. |

Перестроение из круга. Ходьба друг за другом

Дыхательное упражнение. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены. Руки поднять через стороны вверх, хорошо потянуться. Наклониться и при выдохе громко сказать: «Ух!». Повторить 2 раза

Левой ручкой – по  плечу,

Правой ручкой – покручу,

На носочки и  на пятки,

Вот и кончилась зарядка.

**«Зайчики и белочки»**

Зайчики и белочки, Мальчики и девочки,

Стройтесь дружно по порядку, Начинаем мы зарядку!

Носик вверх — это раз, Хвостик вниз — это два,

Лапки шире — три, четыре. Прыгнем выше — это пять.

Все умеем выполнять!

1. «Одна лапка, другая»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Одну руку вперед, повернуть ладонь вверх.

Вернуться в и. п. То же другой рукой. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

2.«Крепкие лапки»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед; ладони на колени, сказать «крепкие», смотреть вперед; руки на пояс. Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. «Веселые белочки»

И. п.: ноги врозь, руки полочкой перед грудью. Выполнить по два наклона вправо и влево.

Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза.

4. «Шаловливые зайчики»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 8—10 подпрыгиваний и 8—10 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза.

5. «Мы — молодцы!»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п. На выдохе произнести «мо-лод-цы». Повторить 3—4 раза

Игра малой подвижности «Маленькие зайки»

Дети образуют круг, берутся за руки, педагог встает в круг вместе с детьми. Под чтение

педагогом стихотворения дети хороводом идут по кругу:

Как-то маленькие зайки днем гуляли по лужайке.

Вдруг мелькнула чья-то тень, зайки спрятались за пень.

Дети идут хороводом в другую сторону:

Может, это — серый волк? Он зубами щелк да щелк!

Вдруг сидит он за кустом, Серый волк с большим хвостом?

Зайки волка испугались, Прыг — из леса ускакали

«День защитника Отечества»

**«Мы — сильные»**

Однажды наша Маша Варила дома кашу.

Кашу сварила, В кашу масло положила.

Молока налила, Кашу с маслом запила.

Ешьте, дети, утром кашу,

Будете как Маша наша: Здоровыми, сильными, Крепкими, красивыми!

1. «Крепкие руки»

И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуты в локтях, прижаты к бокам, кулачки у плеч. Руки с силой вытянуть вверх, кулачки не разжимать. Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. Повторить 5 раз.

2. «Мы — сильные»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вниз. Вернуться в и. п. Наклон — выдох. Повторить 4—5 раз.

3. «Крепкие ноги»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Слегка сгибать и выпрямлять ноги («пружинка»). С третьего занятия предложить подниматься на носки. После 3—4-х движений отдых. Дыхание произвольное. Повторить 3—4 раза

4. «Отдохнем»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. 3—4 раза потопать правой, потом левой ногой; сделать 6—8 подпрыгиваний. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза, чередуя с ходьбой.

5. «Мы — молодцы»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». Повторить 3—4 раза.

. Ходьба в колонне по одному, бег высоко поднимая колени (как лошадки). Ходьба и бег чередуются. Д-2 раза

**II. ОРУ с флажками.**

«Выше флажок». И.п. ноги слегка расставить, флажки внизу. Флажки через сторону вверх, помахать, опустить, сказать «вниз». – Д-6 раз.

«Помаши внизу». И.п. ноги врозь, руки с флажками в стороны. наклон вперед, помахать из стороны в сторону, вернуться в И.п. дыхание произвольное. Д-6 раз

«Выше ногу и флажок». И.п. ноги слегка расставить, флажки опущены. Поднять флажок и согнутую ногу, вернуться в И. п. Чередование движения ног и рук. Дыхание произвольное. Д-6 раз.

«Через стороны» И.п. стоя на коленях, флажки опущены вниз. Через сторону поднять, помахать опустить. Д-6 раз.

«Покажи флажок». И.п. сидя, ноги врозь, флажки вниз. Флажки вперед, наклон, сказать «вот», опустить флажки. Д-6 раз.

«Подпрыгивание». И.п. ноги слегка расставить, флажки вниз. 6-8 подпрыгиваний и встряхивание флажками. Д-2 раза. Дыхание произвольное.

III. Игровое упражнение «Воробышки и кот». Воробышки находятся в домике за чертой, а кот в центре зала сидит на стульчике. Воробышки разлетаются по всему залу, а на сигнал воспитателя «Кот!» воробышки убегают, стараясь быстро попасть в свой домик. Ходьба в колонне по одному за хитрым котом.

Подвижная игра «Не опоздай!»

Инвентарь: разноцветные пластмассовые кубики - в соответствии с количеством детей.

Педагог по кругу раскладывает кубики и предлагает детям встать у любого понравившегося

им кубика:

Ко мне, дети, подбегайте, Себе кубик выбирайте.

За него скорей вставайте И его запоминайте!

После того как дети выберут кубики и встанут за ними, педагог говорит:

По площадке разбегайтесь,

Словно птички, разлетайтесь.

Дети разбегаются по всей игровой площадке, подражая руками взмахам крыльев птиц.

Через 30—40 секунд педагог подает сигнал «Не опоздай!» После сигнала дети бегут к кубикам, стараясь найти свой кубик.

«8 марта»

**«Очень маму я люблю»**

Очень маму я люблю, Ей цветочки подарю

Разные-разные Синие и красные.

Сегодня праздник – мамин день

Нам маму поздравлять не лень!

- Будь, мамочка, красивой, Здоровой и счастливой!

1. «Нам в праздник весело»

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки через стороны вверх, хлопнуть, сказать «хлоп», руки за спину. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

2. «Очень маму я люблю»

И. п.: ноги слегка расставить, руки в стороны. Обхватить плечи обеими руками, сказать «люблю». Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. «Подарю цветочки маме»

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вперед, ладони вверх, сказать «дарю». Вернуться в и. п., выпрямиться, потянуться. Повторить 4—5 раз.

4. «Солнечные зайчики»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8—10 подпрыгиваний с хлопками. Дыхание

произвольное. Повторить 2—3 раза, чередуя с ходьбой. Заканчивая упражнение, продлить ходьбу.

5. «Весенний ветерок»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом, вернуться в и. п., на выдохе произнести «у-у-ух!» Повторить 3—4 раза

Игра малой подвижности «Весенние цветочки»

Дети образуют круг, берутся за руки, педагог встает вместе с детьми. По команде педагога

дети начинают двигаться хороводом по кругу под чтение педагогом стихотворения:

Подул весенний ветерочек,

Раскрыл он нежные цветочки.

Цветочки ото сна проснулись

И прямо к солнцу потянулись.

(Останавливаются, кружатся на месте)

И в танце легком закружились,

Потом листочки опустились.

(Присаживаются, руки вниз, голову к коленям)

Цветочкам спать уже пора.

У нас закончилась игра.

«Культура и традиции»

**«Петрушки»**

Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, легкий бег. Построение в круг.

1. «Мы веселые петрушки»

И.П. ноги на ширине плеч, руки за спиной

В.1. руки вперед, пошевелить пальчиками, сказать «динь-динь-динь»

2. И.П.

2. «Петрушки танцуют»

И.П. ноги на ширине плеч, руки на поясе

В.1. повороты туловища вправо (влево)

2. И.П.

3. «Петрушки надувают пузыри»

И.П. ноги на ширине плеч, руки на поясе

В.1. приставить руки ко рту, сказать «пуф», развести руки в стороны, показывая какой большой пузырь.

2. хлопнуть в ладоши, сказать «хлоп»

4. «Петрушки играют на барабане»

И.П. ноги вместе, руки опущены

В.1. присесть, постучать пальчиками о пол, сказать «тра-та-та»

2. И.П.

5. «Петрушки прыгают»

И.П. О.С. руки произвольно

В.1. прыжки на двух ногах

Ходьба в колонне по одному.

Речевка. По утрам не ленись,

На зарядку становись!

**«Платочки»**

Инвентарь: платочки (25x25 см) — в соответствии с количеством детей.

Купила мама нам платочки —

И для сына, и для дочки.

Платочки надо нам надеть,—

Не будет горлышко болеть!

Сначала с ними мы играем,

Потом на шейку надеваем!

1. И. п.: ноги слегка расставить, платочек в обеих руках у груди.

Выпрямить руки вперед — показать платочек. Вернуться в и. п.

Повторить 3 - 4 раза.

2. И. п.: ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках внизу.

Наклониться и помахать платочком вправо-влево, выпрямиться.

Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 3 – 4 раза.

3. И. п.: ноги слегка расставить, платочек в обеих руках внизу.

Присесть, платочек вынести вперед. Вернуться в и. п. Дыхание

произвольное. Повторить 3 – 4 раза.

4. И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 6—8 прыжков на месте.

Дыхание произвольное. Повторить 2 раза в чередовании с ходьбой на

месте.

«Подуем на платочки»

И. п.: ноги врозь, платочек в обеих руках внизу. Подняться на носки,

сделать глубокий вдох носом; платочек вынести вперед, подуть на

платочек. Вернуться в и. п. Повторить 3 раза.

Подвижная игра «Кто первый?»

Инвентарь: яркий платок (30x30 см).

Дети образуют круг; педагог находится в центре круга, в руках у н

Игра малой подвижности «Найди платочек»

Инвентарь: платочек (20x20 см), завязанный вокруг палочки (длина палочки 20—25 см).

Дети встают врассыпную рядом с педагогом. У педагога в руках платочек на палочке. По команде педагога дети закрывают глаза, в это время педагог в пределах игровой площадки прячет платочек, втыкает палочку с платочком в землю. Педагог приглашает детей пойти и найти платочек

Платочек, дети, вы найдите

И мне платочек принесите!

Дети ходят по игровой площадке, ищут платочек. Кто из детей

первым находит платочек, приносит его педагогу.

Примечание. Перед началом игры напомнить детям, что, когда они

ищут платочек, надо ходить, а не бегать:

«Весна»

**«Весна пришла»**

I ч. Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая

колени. Бег врассыпную

II ч. ОРУ

1. «Греет солнышко теплее, стало в доме веселее»

и.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки за спиной поднимать руки вверх – погреем ладошки

2. «Травка зеленеет, и журчат ручьи»

и.п. стоя, ноги шире плеч, руки на поясе. наклоны вперёд, покачивать руками между ногами

3. «Выползли из домиков быстро муравьи

и.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз присесть, пальчиками перебирать по полу перед собой

5. «Солнечный лучик на землю упал, Весело лучик на тропке скакал» прыжки

2 раза по 6-8 прыжков в чередовании с ходьбой

III ч. Заключительная ходьба

**"Солнышко"**

1. Ходьба и бег по кругу. Закончить ходьбой. Построение в круг.

Утром солнышко проснулось,

Всем ребяткам улыбнулось.

Здравствуй, солнце красное,

Доброе, ясное.

2. Общеразвивающие упражнения:

1. Лучик заглянул в окошко.

Протяни ему ладошку.

(Поочередно вытягивать правую и левую руки вперед ладонью вверх. Повт.

4-5 р.)

2. Выше, выше потянись,

Рукой солнышка коснись.

(Подняться на носочки, руки вверх. Повт. 3-4р.)

3. На солнце можно загорать,

Спинки греть и отдыхать.

(Лежа на спине, Повернуться на живот, вернуться в И. п. Повт. 3р.)

4. Солнце радует ребят,

Веселится детский сад.

(8-10 подпрыгиваний с хлопками. Повт. 3р.)

3. Спокойная ходьба. Дыхательные упражнения.

Раз-два, Раз-два.

Отдохнуть теперь пора

«Лето»

«Разноцветная полянка»

По полянке в жаркий день

Летом нам гулять не лень;

Свежим воздухом дышать

И цветочки собирать.

Цветочки все разные —

Голубые, красные.

Соберем букет большой,

А потом пойдем домой.

1. «Цветочки качаются от ветерка»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Взмахи руками вперед-назад — дует

ветерок; после 4—6 движений отдых — «ветерок спит». Повторить 3

раза. Дыхание произвольное.

2. «Цветочки тянутся к солнышку»

И. п.: ноги врозь, руки к плечам. Руки вверх; пошевелить пальцами.

Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.

3.«Цветочки растут»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз —

«маленькие цветочки»; встать. Вернуться в и. п., выпрямиться,

приподнять голову — «цветочки растут». Дыхание произвольное.

Повторить 4 раза.

4. «Дождик на цветочки кап-кап-кап»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 6 - 8 подпрыгиваний —

«сильный дождик»; 6 - 8 шагов — «дождик кончается». Прыгать

легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2 раза.

5. «Соберем букет большой»

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки,

глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести

«большой». Повторить 3 раза.Подвижная игра «Найди свой цветок»

Инвентарь: 3 малых обруча (d=50 см) красного, желтого и си-него

цвета. Педагог зрительными ориентирами — линиями, кеглями,

кубиками — обозначает площадку для игры (5x5 или 6x6 м). На

площадке, в разных ее углах, педагог кладет по одному обручу — это

цветы. Взрослый делит детей на 3 команды, команды встают у

указанного педагогом обруча-цветка, берутся за руки. Звучат слова

педагога:

Вот полянка! Что за диво!

Здесь чудесно и красиво!

Много разных здесь цветов,

Разноцветных лепестков!

Будем с ними веселиться,

Бегать, прыгать и кружиться.

Дети отходят от обручей-цветов, бегают, прыгают, кружатся на месте

на игровой площадке. По команде педагога «Раз-два-три — Цветок

свой найди!» дети бегут к своим цветам, встают вокруг обручей,

берутся за руки. Игра повторяется.

Примечания. 1. Следить, чтобы дети вставали после команды «Цветок

свой найди!» четко за указанные педагогом обручи-цветы, чтобы

учились находить свой цвет. 2. По мере освоения детьми игры педагог

может менять местоположение обручей. 3. В качестве усложнения

можно предложить детям становиться вокруг обручей в определенном

порядке, запоминать свое место.

Игра малой подвижности «Где растет колокольчик?»

Инвентарь: цветок-колокольчик из пластмассы или картона (высота

15 см). Педагог заранее перед занятием прячет цветок (втыкает его в

землю) на игровой площадке. Дети встают врассыпную около

педагога. Педагог говорит детям, что на полянке растет много

красивых цветов, а найти им надо колокольчик:Колокольчик где растет?

Кто скорей его найдет?

По полянке вы ходите,

Колокольчик вы ищите!

Дети расходятся по всей площадке, ищут цветок. Ребенок, нашедший

колокольчик первым, приносит его педагогу.

Примечания. 1. Педагог перед прогулкой в группе показывает детям

цветок. 2. По мере необходимости педагог помогает детям найти

колокольчик («Посмотрите за деревом, за скамейкой и т. п.»