Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 8 «Центр развития ребёнка «Золотой ключик»

города Мирного Архангельской области

**Конспект утренней гимнастики**

во второй младшей группе «Фантазеры»

**«Маленькие гномики»**



**Подготовила: А.Р. Старицына**

г. Мирный 2019 год.

**Цель:** Способствовать укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности, совершенствовать двигательные навыки через выполнение комплекса упражнений в ходе утренней гимнастики.

**Задачи:**

* приучать детей сохранять правильную осанку.
* продолжать учить детей ходить друг за другом не наталкиваясь, чередовать ходьбу с бегом.
* развивать координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.
* воспитывать умение одновременно начинать и своевременно заканчивать упражнения под музыку
* формировать спортивные навыки (силу, выносливость, скорость).
* воспитывать доброе отношение друг к другу. дать детям эмоциональный заряд на предстоящий день.

**Методы и приемы:** показ, объяснение, игровая мотивация.

**Оборудование:** шапочка гномика, музыкальное сопровождение.

**Ход гимнастики:**

Выход детей под музыку.

*Построение в одну шеренгу*.

(дети одеты в спортивную форму: белая футболка, чёрные шорты, белые носки, спортивная обувь, на спине у каждого ребёнка номер)

Воспитатель: Доброе утро, ребята!

Дети: Доброе, утро!

Воспитатель: Становитесь по порядку на весёлую зарядку!

Воспитатель : Кто мы?

Дети: Гномы!

Все вместе: Все мы гномы -малыши!

 Добряки и крепыши!

 Любим петь и веселится,

 Нам на месте не сидится!

**Вводная часть (музыкальное сопровождение \_сборка)**

Под музыку дети идут по кругу:

*обычная ходьба в колонне по одному;*

*ходьба на носочках, руки вверх;*

*ходьба на пятках, руки, руки за спиной вытянуты;*

*ходьба широким и мелким шагом;*

*лёгкий бег на носочках;*

*Дыхательная гимнастика: поднять руки вверх, сделать глубокий вдох. Резко опустить руки вниз, на выдохе произнести «У-у-у-х!»*

**Построение в круг для проведения ОРУ без предмета.**

1. «Играют пальчики»

И.П. – узкая стойка ноги врозь

1-руки вперед ладонями вниз, пошевелить пальцами

2-И.П.

3-4 – тоже ладонями вверх.

Повторить 4 раза. Спина прямая руки натянуты.

1. «Самолет»

И.П. – стойка ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1. руки вправо.

2- И.П.

3-4 – тоже влево.

Повторить 4 раза. Повороты глубже. Смотреть в сторону поворота.

1. «спрятались и показались»

И.П. – стойка ноги вместе, руки вверх

1 – приседание «спрятались»

2 – И.П. - «показались».

Выполнять 4 раза сначала в умеренном, потом в быстром темпе.

1. «Мячики»

И.П. –ноги вместе. 10 подпрыгиваний по 2 раза, в перерывах ходьба на месте.

1. Ходьба в колонне по одному.

- Здоровье в порядке? (воспитатель)

- Спасибо зарядке! (дети)