

II КОМПЛЕКС: Утренняя гимнастика.

1. «Сорока»

(упражнение для рук)

Сорока, сорока,

Где была?

(Дети водят указательным пальцем одной руки по ладони другой руки)

Далеко.

Кашу варила

Деток кормила

Этому дала каши,

Этому киселька

(Загибают одной рукой по одному пальцу другой руки)

Этому - сметанки.

Этому - конфетку

А этому не дала:

Ты дров не рубил,

(Грозят указательным пальцем обеих рук)

Воду не носил,

Кашу не варил.

2. Ходьба (30 секунд).

3. Статическое равновесие:

- Остановиться
- Закрывать глазки и поднять руки вверх
- Постоять
- Идти друг за другом
- Остановиться
- Закрывать глазки
- Помахать ручками

4. Подвижная игра «Догони мяч»

Задачи: развивать у детей умение сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, приучать бегать в разных направлениях, не задевать друг друга, ловить мяч, развивать внимание и выдержку.

Описание игры: воспитатель показывает корзину с мячами и предлагает встать рядом с ним вдоль одной из сторон зала. «Догоните мяч», - говорит воспитатель и выбрасывает мячи (по количеству детей) из корзины, стараясь, чтобы они покатались в разные стороны. Дети бегут за мячами, берут их, несут в корзину.