Физическое развитие
Комплекс утренней гимнастики
(младший возраст)

Задачи:закреплять умения детей в ходьбе и беге на носочках, развивать двигательные навыки, физические качества и способности; дать ребёнку эмоциональный заряд на весь день.

1. **Разминка**

Зайцы встали по порядку,

Зайцы делают зарядку,

Саша тоже не ленись – *(ходьба по кругу)*

На зарядку становись.

Прыг-скок, руки вверх

Прыг-скок, руки вниз *(прыжки на носочках)*

А теперь давай, дружок, подтянись.

Рядом ёжик травку топчет,

Заниматься с нами хочет. *(ходьба на носочках)*

Будем с ёжиком шагать

Выше ноги поднимать.

Топ-топ, шаг вперёд,

Топ-топ, шаг назад.

А теперь в ладошки хлопнуть

Ножки встали и стоят.

2. **ОРУ**

Раз и два! Раз и два! *(трут ладони друг о друга)*

Начинается игра!

Красим крылья и живот. *(поглаживают ладонями руки, живот)*

Красим грудочку и хвост, *(поглаживаем грудь и поясницу)*

Красим спину, красим ножки, *(поглаживаем спину, ножки и голову)*

Красим гребешок немножко.

Вот какой стал петушок *(ставят руки на пояс, горделиво выпрямляются)*

Ярко – красный гребешок!*(делают несколько полуоборотов влево-вправо)*

3. **Основные движения**

По узенькой дорожке шагали наши ножки *(2 раза)*

По камешкам, по камешкам

Через речку скок – скок.*(ходьба между верёвочек, прыжки на двух ногах)*