

## Нетрадиционная утренняя гимнастика для малышей 2-3 лет



Утренняя гимнастика - это постепенное введение организма в благоприятную двигательную активность. В детском саду гимнастика является одним из режимных моментов и средством для поднятия эмоционального тонуса детей. Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку способствуют развитию артистических и имитационных способностей дошколят. Воспитанники вживаются в предложенные образы, могут быстро перевоплощаться, творчески относиться к предложенным упражнениям.

Цель: Формировать, совершенствовать и отрабатывать двигательные навыки. Координировать свои движения, определять направление движений рук, ног, туловища

Задачи:

1. Приучать детей к согласованным действиям посредством проговаривания.
2. Развивать умения имитировать движения предлагаемых персонажей по воображению.
3. Побуждать детей к активным действиям, используя при этом нетрадиционные формы работы.
4. Обогащать жизненный опыт детей.

**Взрослый:**

- Соберись, малыш на зарядку с Колобком.

- Я, веселый Колобок, Колобок румяный бок. (движения по тексту)  
На окошке я лежал, загрустил и убежал. (ходьба друг за другом  
перешагивая через кубики)  
Покатился по дорожке (легкий бег), а навстречу мне Медведь,  
Вперевалочку идет, по пути малину рвет. (ходьба с покачиванием в разные  
стороны, построение в круг)  
Комаров мы с ним ловили лягушатам подарили (хлопки руками перед  
собой)  
Поиграл с Волчонком в прятки (присели, закрыли глаза ладошками)  
С Зайцем прополз все грядки (наклоны вперед)  
А Лисичку увидал, по мосточку побежал (ходьба по массажной дорожке  
руки в сторону)  
Прыгнул к деду на окошко, потянулся там немножко(встали на носки,  
потянулись)  
-Буду здесь лежать и кушать, сказки бабушкины слушать(ходьба по кругу,  
взявшись за руки).

**Релаксация:** лежа на ковре, руки вдоль туловища.

**Взрослый:** - В сказке побывали, до свиданья всем сказали.