

# **«В РУССКОЙ СКАЗКЕ ПОБЫВАЕМ»**

***НЕТРАДИЦИОННАЯ ФОРМА  
ПРОВЕДЕНИЯ  
УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ  
МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА***

**Выполнила:**

**Воспитатель МБДОУ д/с №11 ст. Андреевской  
Тризно Алёна Сергеевн**

## **Вводная часть:**

На зарядку по порядку  
Становитесь, детки, в ряд,  
В русской сказке побываем  
Повстречаем семь козлят.

### **Построение в колонну:**

В феврале, в феврале  
Бродит ветер во дворе.  
Холодом пугает,  
Козлят не выпускает.  
Только мама коза  
По делам своим  
пошла.

### **Ходьба 10-12 сек.**

А в лесу зимой холодной  
Бродит серый волк  
голодный.  
Он по тропке бежит,  
К домику козлят  
спешит.

### **Бег 16-20 сек.**

А коза по ледку осторожно идет,  
Ножку к ножке приставляет и песенку поет:  
«Через речку перейду,

Сена стог там найду,  
Поем немного сенца,  
Деткам дам молока».  
Заскользим по ледку  
И догоним козу.

**Ходьба приставным шагом 16-20 сек.**

А волк спешит,  
По тропинке бежит.

**Бег 10-12 сек.**

Наелась сена  
коза  
И обратно пошла.  
По сугробам шагает,  
Выше ноги поднимает.

**Ходьба с высоким подниманием колен 12-16 сек.**

Стоп, детишки, мы  
пришли,  
Вот он дом козы.  
А у дома волк стоит  
И козлятам говорит:  
«Двери отворите,  
Мамочку пустите!»

## **Общеразвивающие упражнения:**

**И.п.:** стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Козлята дверь открыли,

Волка в дом пустили,

Испугались, задрожали,

Ножки вверх подняли.

Покажите-ка, ребятки,

Как дрожали козлятки.

*Поднять руки вверх, помахать 4-6 раз.*

**И.п.:** стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.

Вспомнили козлятки,

Как играли в прятки.

Вправо, влево

повернули

И от волка улизнули.

*Повороты вправо, влево, по 3 раза в каждую сторону.*

Вправо – раз, влево – два,

Все попрятались! Куда?

**И.п.:** стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Ну, а волк стал приседать

И козляток искать.

*Присесть, развести руки 4-6 раз.*

**И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.**

Тут коза пришла

И детишек позвала,

Все козлята вылезали,

Возле мамы прыгать стали.

***Прыжки: по 8 прыжков 2 раза.***

**И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища.**

Вот наелись все козлята,

Спать легли, сопят ребята.

***Дыхательное упражнение 4 раза.***

Тихо в доме у козы,

Спят козлята-малыши.

Ну, а наши детки встали,

Козе ручкой помахали.

### **Заключительная часть**

Холодно в лесу зимой,

Побежали все домой.

С бегом будет веселее,

С бегом будет нам

теплее.

***Легкий бег.***

По тропинке мы

шагаем,

Руки наши согреваем.

***Ходьба с хлопками.***

Мы домой пришли.

Не замерзли, малыши?