

Сюжетная утренняя гимнастика



*Вторая младшая группа «Б» «Кораблик»
Воспитатель: Любарец Елена
Водерисова*



Актуальность

- ❖ Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей. Важно стремиться к осознанию ребенком полезности регулярного проведения утренней гимнастики, развивать желание участвовать в ней как в любимой игре. Поэтому утренняя гимнастика должна проходить живо, увлекательно и весело, радовать дошкольников.
- ❖ Сюжетная гимнастика одна из организационных форм двигательной активности, способствующая воспитанию интереса детей дошкольного возраста к процессу выполнения физических упражнений.



ЦЕЛЬ

**способствовать воспитанию интереса
детей дошкольного возраста к
процессу выполнения физических
упражнений через проведение
сюжетной утренней гимнастики**



Задачи

образовательные:

учить и совершенствовать основные виды движений
создавать разностороннюю базу движений и жестов

развивающие:

развивать двигательное воображение и творческую фантазию
развивать физические качества (гибкость, силу, координацию)

воспитательные:

воспитывать у детей отзывчивость, желание помочь персонажу
воспитывать интерес к занятиям физическими
упражнениями через игровую деятельность



Работа с родителями

- ❖ Анкетирование на тему: «Какое место занимает физкультура в вашей семье?»
- ❖ Консультация «Организация утренней гимнастики в семье»
- ❖ Папка-передвижка «О пользе утренней гимнастики»
- ❖ Беседа «Подружите» малышей с сюжетной зарядкой»
- ❖ Раздача памяток на тему «Комплексы утренней сюжетной гимнастики»
- ❖ Открытый просмотр родителями сюжетной утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Маша и Медведь»

Комплекс утренней сюжетной гимнастики по мотивам русской народной сказки «Маша и медведь» Вводная часть

Пошла Машенька с подружками в лес за грибами да ягодами



Ходьба друг за другом по кругу

Корригирующая ходьба
кустик за кустик — и отстала от
подружек



Ходьба в приседе
(«кустики»)



ибежала, вошла в дом да села на лавочку отдышаться



Руки через стороны вверх до уровня плеч —
глубокий вдох через нос;

Основная часть

Общеразвивающие упражнения

В доме жил большой Медведь, только его дома не было. Он по лесу гулял, свои владения проверял



«Медведь»

И. п. - ноги на ширине плеч, руки согнутые. Повернитесь вправо

Вернулся медведь домой, увидел Машеньку,
обрадовался



«Медведь радуется»

**И. п.: ноги на ширине плеч, руки разведены в стороны, пальцы
растопырены – 1 - обхватить себя за плечи двумя руками;**



обхватить себя за плечи двумя руками; вернуться в и. п.



Стала Машенька думать, как от Медведя убежать, и придумала. Напекла пирожков, сложила их в большой короб и сама в него спряталась



**«Машенька спряталась»
И. п.: ноги на «узкой
дорожке», руки опущены**



**Встать на колени, погрозить пальчиком, сказать:
«Не садись на пенек, не ешь пирожок!»**

сказать: «Не садись на пенек, не ешь пирожок!»



«А вот и я!»

И. п.: ноги вместе, руки вверху, ладони развернуты от с
Прыгать на двух ногах на месте и махать руками



- Здоровье в порядке?
- Здоровье в порядке – спасибо зарядке!



Результат

- ❖ у воспитанников укрепилось здоровье, снизилась заболеваемость, повысилась работоспособность;
- ❖ дети освоили основные виды движений
- ❖ создана разносторонняя база движений и жестов
- ❖ улучшились физические качества (гибкость, силу, координацию)
- ❖ у детей появились отзывчивость, желание помочь персонажу
- ❖ повысился интерес к занятиям физическими упражнениями через игровую деятельность
- ❖ появилась самостоятельность при