**В гостях у сказки**  
**(утренняя гимнастика во второй младшей группе).**  
  
**«В гости к трём медведям».**

**Цель:** развитие двигательных навыков, укрепление физического здоровья детей, развитие воображения.

***Вводная часть.***  
*В* лес ребята мы пойдём,   
Друг за другом мы встаём.  
В русской сказке побываем,  
Трёх медведей повстречаем.  
Мёду взять мы не забудем,  
А медведи рады будут.

*Имитация бочонка.*  
  
Раз – два, раз – два –  
Веселее детвора.

*Ходьба по кругу 10-12 с.*  
  
Ноги выше поднимаем,

На жучков не наступаем.  
  
  
*Ходьба с высоким пониманием колена, руки свободны, 10-12с.*  
  
Раз – два, раз – два –  
Выше ноги детвора.  
По дорожке побежим,  
В гости к сказке поспешим.  
  
  
*Бег по кругу 10-12с.*  
Обежали, побежали  
И нисколько не устали.  
По тропинке мы пойдём,  
К трём медведям попадём.  
  
  
*Ходьба 10-12с.*  
  
Раз – два, раз – два –  
Друг за другом, детвора.  
Стой, дружочек, мы пришли  
И поляночку нашли.  
Мы тихонечко встаем

И медведей подождём!  
  
**Общеразвивающие упражнения.**  
  
*И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.*Вот папа медведь нас встречает.

*Руки поднять вверх, «округлить»,*  
*Пальцы разведены. И.п. 4-6 раз.*  
  
Лапы мохнатые вверх поднимает.  
Раз – два, раз – два –  
Повторяйте, детвора.  
  
*И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.*Медведица мама вперевалку идёт,  
  
*Наклоны вправо - влево, и.п. по 3 раза в каждую сторону.*  
  
С собой Мишутку сыночка ведёт.  
Влево раз, вправо раз  
Наклонитесь все сейчас.  
Влево раз, вправо раз  
Получается у вас.  
  
  
*И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.*Вот и пришёл малыш медвежонок.  
Он мамы и папы медведей ребёнок,  
Стал приседать и шалить,  
Громко лапами бить.  
*Присесть, руки вперёд с хлопком.*  
*И.п. 4-6 раз.*  
  
Раз – два, раз – два –  
Повторяйте, детвора.  
  
*И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.*  
Мёд мишутке мы отдали, Все медведи прыгать стали.  
Раз – два, три – четыре –  
Сладкий мёд все получили.  
  
*8 прыжков на двух ногах.*  
Раз – два, раз – два –  
Все запрыгали тогда.  
Пошагаем, отдохнём,   
Прыгать мы опять начнём.  
  
*Ходьба на месте.*  
  
Раз – два, три – четыре –  
Сладкий мёд мы получили.  
  
*8 прыжков на двух ногах.*  
  
*И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.*  
Мишки мёда аромат вдыхают,  
И поклоны посылают.  
  
*Дыхательное упражнение. На слово «вдох» поднять руки вверх, на слово «выдох» - плавно опустить.*  
  
***Заключительная часть.***  
Друг за другом повернулись,  
Медвежатам улыбнулись,  
И тихонько мы с тобой,   
отправляемся домой.  
  
*Спокойная ходьба.*  
По тропинке мы пойдём,  
Дорогу к дому мы найдём.  
Раз – два, три – четыре –

Ноги вые, плечи шире.  
По дорожке побежим  
И домой мы поспешим.  
  
*Лёгкий бег.*  
  
Обежим, побежим  
И домой поспешим.  
Сказка кончилась, и мы  
Все домой идти должны.  
  
*Спокойная ходьба.*  
  
Раз – два – три, раз – два – три –  
Вы устали, малыши?