**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?