МКДОУ Балаганский детский сад №3

Конспект открытого занятия утренней гимнастики в средней группе

на открытом воздухе



Подготовила и провела

воспитатель:

Куимова Н.И.

2013 г.

*Программное* содержание.

* Развивать и совершенствовать двигательные навыки детей.
* Формировать правильную осанку при ходьбе и беге.
* Продолжать закреплять умение детей выполнять движения точно и красиво.
* Воспитывать через игру любовь к зарядке, выдержку.

*Оборудование*

Музыкальное сопровождение: группа Непоседы «Утренняя гимнастика» Сл.Высоцкого

*Ход.*

*Становитесь на зарядку*

*Рассчитайтесь по порядку*

*В гости к солнышку пойдем*

*И друзей своих найдем.*

1. Бег по кругу (со сменой темпа от медленного к быстрому и обратно),
2. Ходьба по кругу со счетом раз – два: на носочках (руки тянем в верх к солнышку) на пяточках (руки на поясе), заканчиваем бегом
3. Становимся в круг:
	1. Правая рука и левая нога тянем к солнышку, меняем левая рука и правая нога. (и улыбаемся солнышку)

Отдых (Вздох – выдох)

* 1. Поднимаем руки вверх через стороны

 Отдых (Вздох – выдох)

* 1. Приседание (руки на коленях)
	2. Вращение рук вперед , назад

Отдых (Вздох –выдох)

* 1. Ножницы

Отдых (Вздох –выдох)

* 1. Руки на пояс и повороты влево, вправо (улыбнемся друг, другу),
	2. Похлопаем впереди себя и под коленом
	3. И.У. Часики
	4. Приседание (руки вперед)
	5. П.И. «Солнышко и Дождик»

*Здоровье в порядке*

*Спасибо зарядке*

* 1. Колонной по одному заходим в группу.