**АВГУСТ**

**I – II неделя**

**КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ**

**по мотивам русской народной сказки**

**«ГУСИ - ЛЕБЕДИ»**

**Вводная часть.**

**Педагог (Родитель).**Ребята, мы сегодня с вами вспомним сказку «Гуси – лебеди». А чтобы было веселей её вспоминать, заодно позанимаемся утренней гимнастикой. Собрались отец с матерью на ярмарку, а доченьке Алёнушке наказали за братцем следить. Алёнушка заигралась с подружками и не углядела за братцем *(обычная ходьба друг за другом по кругу).*

***Корригирующая ходьба по кругу***

**Педагог***рассказывает сказку, дети выполняют движения.*

Налетели гуси – лебеди, подхватили братца и унесли на крыльях.

*Дети ходят на носках и машут руками, как крыльями.*

Стала Алёнушка звать братца.

*Ходят на пятках, сложив руки рупором у рта и крича: «Ау!»*

Стала искать его, под каждый кустик заглянула.

*Ходят на четвереньках с опорой на ладони и колени.*

**Бег**

**Педагог.**Увидела тут Алёнушка, как метнулись за лесом гуси – лебеди. Побежала она за ними *(обычный бег друг за другом).*Совсем из сил выбилась Алёнушка, решила отдышаться.

***Упражнение на восстановление дыхания***

Руки через стороны вверх до уровня плеч – глубокий вдох через нос; опустить руки – выдох через рот.

Повторить 2 – 3 раза.

Построение в звенья для общеразвивающих упражнений.

**Основная часть.**

**Общеразвивающие упражнения**

**Педагог.**А гуси – лебеди далеко в лес понесли братца на своих крыльях.

**«Гуси – лебеди»**

И. П.: ноги слегка расставлены, руки опущены вниз.

Подняться на носки, руки через стороны вверх. Вернуться в и. п.

Повторить 4 – 6 раз.

**Педагог.**Встретилась Алёнушке на пути печка. Помогла девочка ей пирожков налепить и дальше побежала.

**«Налепим пирожков»**

И. П.: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях ладонями друг к другу.

Выполнять наклоны влево – вправо с хлопком то у левого, то у правого уха («лепим пирожки»).

Повторить 4 раза в каждую сторону.

**Педагог.**Встречается Алёнушке на пути яблонька. А яблочек на ней видимо – невидимо! Поспели они да на землю падают. Помогла девочка их собрать и дальше побежала.

**«Соберём яблочки»**

И. П.: ноги на «узкой дорожке», руки на поясе.

Присесть, «поднять яблочко», вернуться в и. п.

Повторить 4 – 6 раз.

**Педагог.**Бежит молочная речка, кисельные берега. Высоко поднимаются её волны.

**«Молочная речка, кисельные берега»**

И. П.: идя на пятках, руки опущены.

Подняться на колени, поднять руки вверх. Вернуться в и. п.

Повторить 4 – 6 раз.

**Педагог.**Принесли гуси – лебеди братца к Бабе Яге – костяной ноге. Увидел братик сестричку, обрадовался!

**«Сестрица братца нашла!»**

И. П.: ноги вместе, руки на поясе.

Прыжки на 2 ногах из стороны в сторону.

Повторить 3 раза по 10 – 12 прыжков в чередовании с ходьбой на месте.

Перестроение в колонну по одному.

**Заключительная часть.**

**Педагог.**Забрала Алёнушка братца у Бабы Яги да домой понесла. Послала Баба Яга гусей – лебедей в погоню. Бегут дети, торопятся домой вернуться *(бег друг за другом по кругу).*Убежали дети от гусей – лебедей *(ходьба).*Вздохнули с облегчением Алёнушка и братец. Тут и мама с папой домой вернулись с гостинцами.

***Упражнение на дыхание***

**Дети.**Тут и сказочке конец. Кто старался – молодец!