

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Ковдорского района детский сад №5 «Теремок»

Конспект  
проведения утренней гимнастики в средней группе  
«Как у нашего кота»

Составитель: Иванова Елена Викторовна,  
воспитатель 1-й квалификационной категории

г.Ковдор, 2020 год

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- Продолжать учить ходить в колонне по одному, на носках, на пятках.
- Совершенствовать работу мышц шеи, плечевого пояса, спины, брюшного пресса, ног.
- Учить действовать совместно, выполнять движения по образцу.
- Активизировать двигательную, речевую деятельность детей путём использования средств фольклора.
- Развивать творческие способности детей, перевоплощаясь в различные образы.

**Воспитатель:** Ребята, в зал все проходите, друг на друга посмотрите. Скажите здравствуйте, улыбнитесь и в круг все становитесь.

Воспитатель надевает шапочку кота: -Здравствуйте, честной народ. Я Василий –серый кот,

По гостям люблю ходить, себя, Васеньку хвалить.

На меня, друзья смотрите ,со мной вместе говорите(дети выполняют логоритмические движения)

-Как у серого кота шубка очень хороша.

Как у котика усы удивительной красоты...

Глаза-смелые, зубки-белые.

**1-Вводная часть:** Ходьба по кругу друг за другом в колонне: ходьба на носках, на пятках; бег(темп умеренный, дыхание произвольное)

-Пошёл котик на Торжок, купил котик пирожок.

Пошёл котик на улочку, купил котик булочку(ходьба на носках, руки на поясе)

Самому ли съесть иль гостям снести?

Я и сам укушу, и гостей угощу(ходьба на пятках, руки на поясе)

-В гости едет котофей, погоняет лошадей.

Он везёт с собой котят. Пусть их тоже угостят(бег)

-Тр-р-р-р, приехали(бег завершили, остаёмся в кругу).

**2-Основная часть: О.Р.У.**

1) «Тук-тук-тук». И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 1 - присесть, кулачком постучать по полу и сказать «тук-тук»;2 - встать, выпрямиться, вернуться в исходное положение (4 – 5 раз).

**2) «Здравствуйте».** И.п.: - ноги врозь, руки за спиной. 1 - наклон вперед, голову приподнимаем, смотрим прямо, руки развести в стороны и сказать «здравствуйте»;  
2 - выпрямиться, вернуться в исходное положение. (4 – 5 раз).

**3) «Любопытные котята»-** И.п.: ноги вместе, руки за спиной в замочке. 1 - поворот туловища вправо (влево); 2 – вернуться в исходное положение (по 3 раза)

**Воспитатель:** -Мы маленькие котята, молочко лакаем, прыгаем, играем.

**4) «Угощение».** И.п.: ноги вместе, руки согнуты в локтях, ладони вверх перед собой. Выполняем артикуляционную гимнастику для языка «Котёнок лакает молоко», с поворотом головы к одной ладони, затем к другой (30-40 сек., выполняем лёгкое движение головой вверх-вниз. Темп спокойный, дыхание произвольное).

**5) «Пушистые комочки».** И.п.: лёжа на спине, колени прижаты к груди, руки в обхват. Качаться на спине с боку на бок (30-40 сек)

**6) «Котята-попрыгунчики».** И.п.: ноги слегка расставлены, руки вниз. Прыжки на двух ногах. Выполняется под счет 1-8 раз, чередуя с ходьбой (2 раза)

**Воспитатель:-** Ну что, ребята, восстановим дыхание и пора домой отправляться.

**7) «До свидания».** И.п.: ноги врозь, руки в низ. 1 - руки в стороны, глубокий вдох носом.  
2 - вернуться в исходное положение, на выдохе произнести «до свидания» (3 раза)

**3-Заключительная часть:** -Домой едет котофей, погоняет лошадей.

Он везёт с собой котят. Котята уже спать хотят .

-Друг за другом повернулись и весёлою гурьбой все отправимся домой(дети выходят из зала, друг за другом, с высоким подниманием колен, руки на поясе).