

Комплекс утренней гимнастики для детей 5-7 лет
«Скоро, скоро листопад» (с листочками)
Вводная часть

Дети строятся в шеренгу

Воспитатель: Ребята, отгадайте, пожалуйста, загадку:

Дни стали короче,
Длинней стали ночи,
Кто скажет, кто знает,
Когда это бывает?

Дети: Осенью

Воспитатель: Правильно. Скоро настанет осень. Назовите признаки осени.

Дети: Станет холоднее, дни станут короче, дожди будут идти чаще, с деревьев будут падать листья.

Воспитатель: Правильно. Я бы хотела с вами поговорить о листопаде и выполнить несколько упражнений с листочками.

Л. Алейникова

Листопад! Листопад!

Весь усыпан парк и сад!
Разноцветными коврами,
Расстелился под ногами!
Листик в ручки я поймаю,
Подарю любимой маме!
Осень листопадная,
Самая нарядная!

Воспитатель: Ребята, а каким цветом бывают листья?

Дети: Красным, коричневым, зеленым, желтым...

Воспитатель: Какие Вы молодцы! У меня есть разноцветные листочки. Давайте поиграем с ними.

Игровое упражнение «Быстро в колонну!». Построение в три колонны, перед каждой ориентир — конус с листиком (красного, жёлтого и коричневого цвета). По сигналу все играющие разбегаются в разные стороны площадки (зала), через 20 сек. воспитатель произносит: «Быстро в колонну!», и каждый должен занять свое место в колонне. Выигрывает та колонна, которая быстро и правильно построилась.

Игра-упражнение повторяется 2-3 раза.

Ходьба в колонне по одному (дети берут по 2 бутафорских листочка)

Перестроение в 3 колонны

Основная часть

Дети стоят в 3-х колоннах. Дежурные (или воспитатель) раздают разноцветные листочки (бутафорские/ по 1 шт.).

• И. п. — основная стойка, листок в левой руке.

В: 1—2 — руки через стороны вверх, переложить листок в правую руку;

3—4 — опустить руки вниз в исходное положение.

То же, перекладывая лист из правой руки в левую руку (8 раз).

• И. п. — основная стойка, листок в правой руке.

В: 1 — руки через стороны отвести назад, прогнуться в спине соединив лопатки, переложить листок в правую руку;

2 — вернуться в исходное положение.

3—4 — То же, перекладывая лист из левой руки в правую руку. (6 раз).

• И. п. — стойка ноги на ширине плеч, лист в левой руке.

В: 1 — руки в стороны;

2 — наклониться вперед - вниз, переложить листок в правую руку;

3 — выпрямиться, руки в стороны;

4 — вернуться в исходное положение.

То же, перекладывая лист из правой руки в левую руку (6 раз).

• И. п. — ноги параллельно, листок в правой руке.

В: 1 — сделать выпад в правую сторону, потянуться за рукой

2 — вернуться в исходное положение.

3—4 — То же в левую сторону, лист в левой руке (по 4 раз).

• И. п. — основная стойка, листок в правой руке внизу.

В: 1 — руки в стороны;

2 — присесть, лист переложить в левую руку;

3 — встать, руки в стороны;

4 — вернуться в исходное положение.

То же, лист в левой руке (6 раз/ по 3 раза).

• И. п. — основная стойка, листок в правой рукеверху

В: 1 — 4 - кружение в правую сторону

5 — 8 — То же в левую сторону, лист в левой руке (по 2-3 раза в каждую сторону)

Заключительная часть

Перестроение в одну колонну, дети складывают листочки на место.


Упражнение на координацию речи с движением «Листопад»

Мы листики осенние,

Ходьба в колонне по одному.

На ветках мы сидим.

Дети идут по кругу, руки в стороны вверх.



Дунул ветер - полетели.
Мы летели, мы летели
И на землю тихо сели.
Ветер снова набежал
И листочки все поднял.
Закружились, полетели
И на землю снова сели.

Бегут по кругу, машут руками.
Приседают, руки опускают на пол.
Поднимаются, движения руками вправо-влево.
Кружение на месте
Приседают