

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 21 «Колосок»
муниципальное образование Приморско-Ахтарский район

Комплекс утренней гимнастики для детей
подготовительной (логопедической) группы по теме:
«Перелетные птицы»



Подготовила воспитатель Бакаева Е.В.

ст. Приазовская
2018г.

Лексическая тема «Перелетные птицы»

Вдаль за реки, горы
Птицы улетают.
В голубых просторах
Птичьи стаи тают.
И прощально машут
Крыльями в тумане.
До весны прощаются
Наши птицы с нами.

I часть: Ходьба в колонне по одному, ходьба спортивным шагом, ходьба с высоким подниманием колен. Бег в умеренном темпе, ходьба.

Летела сорока, гостей созывала.

Дети идут на носках,

поднимая и опуская руки.

К дедушке Дереву птиц
приглашала.

Идут, высоко поднимая

Вот аист-красавец важно шагает,
колени.

Длинные ноги свои поднимает.

Идут на пятках, руки за

Вот гусь в красных сапожках
спиной.

Бредет на маленьких ножках.

Идут на прямых ногах,

А вот журавль выступает
руки вдоль туловища.

И ноги не сгибает.

Идут в приседе.

А вот и утка идет,

Утят за собой ведет.

Бегут по кругу с ускорением и замедлением.

Вдруг коршун вылетает, —

И все птицы убегают.

Идут, на вдох поднимая руки,

Но вот коршун улетает, —
на

выдох опуская их и произнося:

Сорока вновь гостей созывает,

«Тр-р-р».

II часть: **Комплекс ОРУ «Перелетные птицы»**

«Птицы машут крыльями»

И. п.: о. с., руки внизу. 1 - руки в стороны; 2-4 - выполнять руками волнообразные движения; 5 — вернуться в и. п. Повторить 6 раз.

«Гуси хлопают крыльями»

И. п.: ноги врозь, руки в стороны. 1-2 — поворот вправо, прямые руки вытянуть вперед, выполнить хлопок в ладоши — выдох; 3-4 — и. п., вдох. То же в левую сторону. Повторить 8 раз.

«Цапля достает лягушку из болота»

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на пояс — вдох. 1-2 — наклон вперед, правой рукой дотронуться до носка левой ноги, колени не сгибать - выдох; 3-4 — и. п. вдох. То же выполнить левой рукой. Повторить 8 раз.

«Журавль стоит на одной ноге»

И. п.: о. с., руки вниз. 1-2 — руки в стороны, поднять правую (*левую*) ногу, согнутую в колене, носок оттянуть; 3-4 - вернуться в и. п. Повторить 8-10 раз.

«Птицы прыгают»

И. п.: о. с., руки на пояс. Выполнить 14 прыжков (вперед-назад, попеременно меняя ноги; затем непродолжительная ходьба на месте (8-10 шагов, энергично взмахивая руками вперед-назад. Повторить 1-2 раза.

«Утки готовятся к отлету»

И. п.: о. с., руки вниз. 1-2-3 — вдохнуть, медленно присесть, разводя колени, руки за головой — длительный выдох; 4 — быстро встать, вернуться в и. п. — быстрый вдох. Пятки от земли не отрывать. Повторить 6-8 раз.

«До свидания, птицы»

И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 1-2 — руки дугами через стороны вверх, выполнить 3-4 перекрестных движения руками над головой; 3-4 — вернуться в и. п. Повторить 4-6 раз.

Упражнение на дыхание « Улетают птицы»

1-2 — глубокий вдох носом

3-8 — долгий выдох с произнесением слов « На ю-у-у-у-у-г»

Заключительная ходьба друг за другом.

III часть: быстрый бег, ходьба.