Комплекс утренней гимнастики в младшей группе с платочком

1. Вводная часть

* Ходьба на носочках
* Ходьба на пяточках
* Ходьба спиной вперед
* Прыжки на двух ногах
* Бег

1. Общеразвивающие упражнения с платочком
2. «Посмотри на платочек»

И.п.: ноги вместе, платочек в обеих руках.

Поднять платочек вверх, посмотреть, вернуться в исходное положение.

2. «Покажи платочек»

И.п.: ноги вместе, платочек в обеих руках.

Вытянуть руки вперёд, поворот вправо, прямо, влево, вернуться в исходное положение.

3. «Положи платочек»

И.п.: ноги на ширине плеч, наклониться, опустить платочек между ног, вернуться в исходное положение.

4. «Поиграй с платочком»

И.п.: сидя, ноги вместе.

Спрятать ноги платочком, поднять вверх помахать платочком.

5. «Помаши платочком»

И.п.: ноги вместе, прыжки на двух ногах.

Помахать платочком, в чередовании с ходьбой на месте.

6. «Подуем на платочек»

И.п.: ноги на ширине плеч, вывести платочек вперёд, глубокий вдох, подуть на платочек.

3. Заключительная часть