

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 27 «АЛЕНЬКИЙ ЦВЕТОЧЕК»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА В ДОУ

ВОСПИТАТЕЛЬ: ИБРАГИМОВА УЛЬВИЕ
УСЕИНОВНА



АКТУАЛЬНОСТЬ

Утренняя гимнастика является многосторонним физкультурно-оздоровительным процессом, систематически оздоравливающим детский организм.

Утренняя гимнастика имеет и большое воспитательное значение. Систематическое проведение утренней гимнастики воспитывает у детей привычку ежедневно делать физические упражнения, приучает организованно начинать свой трудовой день, согласованно действовать в коллективе, быть целеустремленным, внимательным, выдержанным, а также вызывает положительные эмоции и радостное ощущение.

Ежедневное выполнение определенных комплексов физических упражнений способствует совершенствованию двигательных способностей у детей, развивает физические качества (сила, ловкость, гибкость), улучшает работу координационных механизмов, способствует приобретению знаний в области физической культуры.

ЦЕЛЬ ПРОВЕДЕНИЯ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка, изучение и внедрение инновационных приёмов и подходов в проведении утренней гимнастики в ДОО

ЗАДАЧИ

Основная задача утренней гимнастики — перевести ребенка в бодрое состояние, активизировать и содействовать переходу к более интенсивной деятельности.

-

- Формировать у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни.

-

- Помогать в изучении и совершенствовании двигательных навыков детей посещающих ДОУ.

-

- Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом.

-

- Воспитывать у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

-

- Формировать у детей интерес к различным видам спорт



СОДЕРЖАНИЕ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ



3-4
общеразвивающих
упражнения

ХОДЬБА

БЕГ

ПРЫЖКИ



СТРУКТУРА УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

КОМПЛЕКСЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

В содержание утренней гимнастики вводятся упражнения, предварительно разученные с детьми на занятиях, или несложные упражнения, не требующие продолжительного разучивания. Сочетание физических упражнений, подобранных в определенном порядке, составляет комплекс.

Младшие группы

Упражнения с погремушками, кубиками, флажками, мячами, ленточками

Средние группы

Упражнения с флажками, кубиками, ленточками, обручами малого размера, палками, круговой веревкой, скакалками

Старшие группы

Упражнениями с разными пособиями: с обручами, гимнастическими палками, мячами разного размера, скакалками, круговой веревкой, ленточками

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ



**Традиционная
форма**



**Игрового
характера**



Сюжетные



**С использованием элементов
ритмической гимнастики,
танцевальных движений, хороводов**



**Оздоровительный
бег**



**С использованием
тренажеров**

МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

Мы шагаем на зарядку —
Раз, два, три, раз, два, три.
Можем мы присесть и встать —
Посмотри, посмотри!
Руки вверх поднимем вместе —
Раз, два, три, раз, два, три.
А теперь прыжки на месте —
Раз, два, три, раз, два, три!



Под музыку иногда проводятся некоторые подвижные игры с ходьбой, бегом («Медведь и дети», «Лошадки»), подскоками («Козочки и волк», «Птички и автомобиль» и др.).

Широко используются также игры с пением, хороводные игры («Калина», «Теремок», «Зайка»), Элементы плясок и танцевальные шаги (шаг польки, галопа, приставные шаги с приседанием, подскоки с продвижением вперед, разные виды кружений, в полу присяде, веревочка и др.)

