**Утренняя гимнастика в младшей группе с ленточками.**

Построение в колонну по одному, раздать детям по 2 ленточки. Проверка осанки.

Ходьба: обычная «Как солдаты», на носках, с изменением направления движения.

 Бег: обычный «Как лисички» друг за другом, врассыпную «Самолёты» - легкий бег, руки в стороны. Продолжительность каждого упражнения 10 секунд.

Ходьба: обычная. Перестроение в круг без ориентира, размыкание на вытянутые руки в стороны обычным шагом. Темп выполнения упражнений средний.

 **1. «Помашем»** И.п. - стоя, ноги на ширине стопы, руки с ленточками внизу. Выполнять взмахи руками вперед – назад, вернуться в и.п. Повторить 5 раз. **2. «Повернись»** И.п. – стоя на коленях, руки с ленточками у плеч. Поворот туловища вправо (влево), руки в стороны, вернуться и.п. Повторить 6 раз.

**3. «Ленточки к коленям»** И.п. – сидя, ноги вместе, руки с ленточками в стороны. Согнуть ноги в коленях, руки к коленям, вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

 **4. «Попрыгаем высоко»** И.п. – ноги на ширине стопы, руки с ленточками вверху. Выполнить 8 прыжков на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой. Повторить 2 раза.

**5.** **Игра «Мы веселые ребята»**

 Дети стоят в кругу и повторяют движения в соответствии с текстом.

Мы топает ногами,

мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

мы руки опускаем,

Мы за руки беремся

И бегом, бегом.

 Ходьба: обычная, дети отдают педагогу ленты в руки. Построение в колонну по одному, перестроение в шеренгу.