

*Гимнастика пробуждения после
дневного сна
С 1 по 15 апреля*

ИГРА

*Собираем детвору
Поиграть в одну игру.*

*- и.п. лежа на спине -поднимать руки в
стороны и вверх;*

*Покажите мне, ребята,
Как в лесу живут зверята. -
поочередно поднимать то одну, то
другую ногу.*

*Как лисенок просыпается,
-потянуться,*

*Как бельчонок умывается,
- «умываться»,*

*Как зайчонок поскакал,
- поочередное поднимание ног в
быстром темпе.*

*Как волчонок побежал.
-»бежать» ногами в воздухе.*





Кошка

Вот окошко распахнулось.

(разводят руки в стороны)

Кошка вышла на карниз.

(имитируют мягкую, грациозную походку кошки)

Посмотрела кошка вверх

(смотрят вверх)

Посмотрела кошка вниз

(смотрят вниз)

Вот налево повернулась

(смотрят влево)

Проводила взглядом мух

(взглядом проводят «муху» от левого плеча к правому)

Глаза вправо отвела,

Посмотрела на кота.

(смотрят вправо)

И потом взглянула прямо

(смотрят прямо)

И закрыла их руками

(закрывают глаза руками)

