

Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение детский сад №395  
Воспитатель: Габтрахманова Гульназ  
Давлетовна  
**Комплекс утренней гимнастики «Животные»**

Будем весело шагать,  
Будем ноги поднимать.  
*(Ходьба на месте.)*  
Левой — топ,  
И правой — топ.  
А теперь, наоборот:  
Правой — топ,  
И левой — топ.  
*(Дети топают то левой ногой, то правой.)*  
Мы попрыгаем на месте,  
Словно зайчики в лесу.  
*(Прыжки.)*  
Смотрим влево,  
Смотрим вправо.  
Ищем хитрую лису.  
*(Дети поворачивают голову влево и право.)*  
Утром солнышко встает,  
*(Дети поднимают руки вверх и встают на мыски.)*  
Вечером садится.  
*(Дети присаживаются на корточки, опуская руки.)*  
Месяц на небо взойдет,  
*(Дети поднимают руки вверх и встают.)*  
Будем спать ложиться.  
*(Дети присаживаются на корточки, кладут ладошки под щежки.)*  
*(Дети на корточках ходят по кругу.)*  
Утки вышли погулять,  
Ходят вперевалочку.  
И тихонечко кряхтят,  
Что они лишь главные.  
Тик-так, тик-так.  
*(Руки на талии, поочередные наклоны влево и вправо.)*  
Кто стучит вот так?  
Это часики висят,  
И тихонечко стучат:  
Тик-так, тик-так.  
Я сердит и ты сердит,  
Кто же нас развеселит?  
*(Руки на талии, поочередные наклоны влево и вправо.)*  
Может, зайчики в лесу?  
*(Дети прыгают.)*

Может, часики в углу?

*(Руки на талии, поочередные наклоны влево и вправо.)*

Может, ласточки в саду?

*(Дети вытягивают руки в стороны и делают взмахи.)*

Может, ты, а может, я.

*(Поочередные повороты влево, вправо, при этом руки разводим в стороны.)*

Будем веселы, друзья!

*(Дети прыгают на месте и хлопают в ладоши.)*

*(Одна рука вверх, другая вниз. Взмахи руками. Руки меняются после каждых двух взмахов.)*

Обезьянки в зоопарке

Недовольны всем вокруг.

Им на завтрак вдруг подали

Не банан, а горький лук.

*(Поочередные наклоны к левой и правой ноге.)*

Раз зерно и два зерно,

Нам клевать его легко.

Мы зерно всегда найдем

И, конечно же, склюем.

Поучились, потрудились,

Все устали, утомились.

*(Руки вверх — вдох, руки вниз — выдох)*

Повздыхаем, отдохнем,

А теперь играть пойдем.

