Утренняя гимнастика по лексической теме «НАСЕКОМЫЕ»

(Старшая группа)
1.Вводная часть: Ходьба по залу обычная в колонне друг за другом. Ходьба на носочках- руки вверх, ладонями вовнутрь, пальчики спрятали в кулаки, разжали (мошка расправляет свои крылышки к полету); ходьба приставным шагом боком, руки сзади, пальчики «шевелятся» (жук расправляет свои крылышки к полету»
Легкий бег на носочках, руки в стороны, плавно поднимать их высоко вверх и опускать вниз. (бабочка полетела)
Над цветком порхает, пляшет
Веерком узорным машет
Шевелились у цветка
Все четыре лепестка.
Я сорвать его хотел
Он вспорхнул и улетел. (Бабочка)

2.ОРУ без предметов.
1.Исх.пол.осн.стойка, руки на поясе. Наклониться вниз, правую руку положить на левую (хоботок) и коснуться носка правой ноги, исх.пол. То же к левой ноге (левую руку положить на правую) - 3р в каждую сторону.
Этот увалень мохнатый,
Сладкоежка полосатый,
Опускает хоботок
В распустившийся цветок. (Шмель)

2. Исх.пол. пятки вместе, носки врозь, руки в стороны, кисти слегка «дрожат». Сделать шаг в правую сторону руки скрестить над головой, исх.пол. То же в левую сторону - 3р. в каждую сторону
Крыльями стрекочет
С вечера до ночи. (Стрекоза).

3. Исх.пол. стоя на коленях, руки на поясе. Поворот в правую сторону, отвести левую руку вперед, исх.пол. То же в левую сторону, отвести правую руку вперед. – 3р. в каждую сторону.

Звон весь день в ушах стоит
Надо мною кто звенит?
Прилетел он со двора.
Длинный нос у (Комара)

4. Исх.пол.лежа на спине, руки за головой. Повернуться на живот через

правую сторону, руки вытянуть вперед, исх.пол. То же в левую сторону – 3р в каждую сторону.
По листочку проползает,
Всюду дырки оставляет.
Вот прожорливая штучка,
А свернулась закорючкой. (Гусеница)

5. Исх.пол. осн.стойка, руки за спиной. Наклонить голову к правому плечу, исх.пол. То же к левому плечу -4р в каждую сторону.

Злюка тощая такая
Надо мной весь день летает
И ужалит ненароком
Если я измажусь соком (Оса)

3.Заключительная ходьба по кругу с изменением направления