

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка - «Детский сад №209»  
(МБДОУ ЦРР – «Детский сад №209»)

Конспект коррекционной гимнастики  
после дневного сна во второй младшей группе  
«Удалые зайки»

Выполнила:  
воспитатель Квасова Н.С.

Барнаул 2019

Конспект корригирующей гимнастики  
после дневного сна во второй младшей группе  
«Удалые зайки»

Возрастная группа: вторая младшая группа (3-4 года).

Форма проведения: игровая

Цель: Осуществлять профилактику детского плоскостопия, продолжать работу по укреплению здоровья детей, создавать условия для систематического закаливания организма.

Задачи:

1. Воспитывать положительно – эмоциональный настрой на процесс пробуждения после сна.
2. Поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастно – воздушных ванн и физических упражнений.
3. Развитие физических навыков; укрепление здоровья, профилактика простудных заболеваний и плоскостопия;

Оборудование: массажные коврики, коврики для профилактики плоскостопия, платочки, аудиозаписи.

Ход оздоровительной гимнастики

Организационный момент: Включается тихая и спокойная музыка, под которую постепенно просыпаются дети.

**Воспитатель:**

Глазки открываются, открываются *(все движения дети делают согласно тексту)*

Детки просыпаются, просыпаются.

Детки, как проснутся,

Сразу любят потянуться,

И немножко улыбнуться.

Обязательно зевнуть,

Ножки свои потянуть...

*Воспитатель предлагает отложить детям одеяло в сторону.*

**Воспитатель:** А теперь ребятки на кроватках сделаем зарядку!

Потихонечку садимся *(дети садятся на кроватки)*

Смотрим вправо, смотрим влево,

Наклони головку вниз.

Смотрим вправо, смотрим влево,

К потолку все повернись.

Сядем ровно, ножки вместе,

Руки вверх и наклонись:

Наклонитесь, подтянитесь,

Ножки слушайте, не гнитесь.

Не хотим мы больше спать,

Будем весело вставать!

*Воспитатель предлагает детям выйти из спальни. В группе на полу разложены массажные и корригирующие дорожки.*

**Воспитатель:**

И пойдём мы по мосточку. Раз, два, три. - 2 раза *(по ребристой доске)*

Да по травке, да по кочкам. Раз, два, три. - 2 раза *(по резиновым дорожкам)*

Да, по камешкам пройдем. Раз, два, три- 2 раза *(по дорожкам для профилактики плоскостопия)*

*Пока остальные дети постепенно проходят дорожки, воспитатель предлагает, выполнившим задание, детям игровое упражнение «Прыгаем как зайки», пока все воспитанники не соберутся на ковре.*

**Воспитатель:** Ребятки, какие вы молодцы! А давайте мы с вами сегодня будем удалыми Зайками?

А проснувшись, зайки любят умываться. Давайте покажем, как зайки умываются!

*Упражнения самомассажа.*

Зайки любят лапки мыть, *(имитируют мытьё рук)*

Любят умываться! *(растирают ладошками щёки, лоб)*

Лапкой ушки почесать, *(растирают ушные раковины)*

И красиво причесаться *(глядят себя по голове)*

**Воспитатель:** А еще зайки очень любят собирать цветы!

На полу лежат платочки-цветочки, давайте их соберем?

А собрать их нужно пальчиками ног.

*Упражнение на профилактику плоскостопия.*

**Воспитатель:** Какие вы сегодня молодцы! И зарядку мы сделали, и цветочки все собрали! А теперь мы будем одеваться и с гостями нашими прощаться!