

*Гимнастика пробуждения после
дневного сна*

ЛОХМАТЫЙ ПЕС

*1. Игры с одеялом - и.п. - дети
прячутся под одеяло, и так 2-3 раза*

*Вот идет лохматый пес,
А зовут его - Барбос!
Что за звери здесь шалят?
Переловит всех котят.*

*2. Легкий массаж - погладить руки,
ноги от пальчиков вверх, разгладить
спинку, грудь.*

3. Ходьба по «дорожкам здоровья»-

*Зашагали ножки, топ, топ, топ!
Прямо по дорожке, топ, топ, топ!
Ну-ка веселее, топ, топ, топ!
Вот как мы гуляем, топ, топ, топ!
Топают ножки, топ, топ, топ!
Прямо по дорожке, топ, топ, топ!
Это наши ножки, топ, топ, топ!*

