Зарядка

 «Женские профессии»

Утренняя зарядка играет важнейшую роль в организации дня и состоянии детей. Те, которые уже проснулись и начинают баловаться, с помощью гимнастики успокоятся. Сонные и малоактивные малыши, наоборот, получат заряд энергии на целый день. Цель утренней гимнастики – повысить жизненный тонус и выработать дисциплину. А зарядка со стихами очень нравится детям и учит их синхронизировать слова и движения.



Мамины профессии

Тёплые вещи быстро и тихо

Шьёт для детишек мама-портниха.

(Руки на поясе, повороты головы по кругу)

Доит корову с утра спозаранку

В чистом загоне мама-доярка.

(Руки на поясе, ходьба на месте.)

Зубки больные без всяких уколов

Вылечит мама – врач-стоматолог.

(Руки на поясе, наклоны вперед)

В детском саду очень много занятий.

Мама там няня и воспитатель.

(Приседания)

В школе не меньше занятий. Смотрите:

Ставит оценки мама-учитель.

(Прыжки)

Из корешочка растить не устанет

Чудо-растение мама-ботаник.

(Одна рука на поясе, другая вверху, наклоны в стороны)

Пишет в газеты статьи и записки

Мама-писатель и журналистка.

(Руки опущены вниз, и поднимаются вверх)

(Настя Доброта)