**Средняя группа.**

Утренняя гимнастика:

**«Юные пожарники»**

 Огонь должны предотвратить

При этом надо смелым быть!

*Обычная ходьба на месте.*

Вдоль дороги трава, 1-2, 1-2

Выше ноги поднимаем, на траву не наступаем.

*Ходьба с высоким подниманием колена.*

Вот и камни на пути, вмиг их перепрыгнем мы.

*Прыжки с продвижением вперёд.*

Перекрёсток впереди

Будь внимательным в пути!

*Ходьба по прямой с поворотом.*

Перед лыжной базой овраг,

Перепрыгнуть каждый рад.

*Прыжок с разбега в длину.*

1, 2 – все вдыхаем, 3, 4 – выдыхаем

*Носом вдох, а выдох ртом.*

Шаг на месте мы начнем!

*Дыхательные упражнения.*

Вон, поляна впереди

Пробежимся быстро мы!

*Бег на месте.*

Свежий воздух мы вдыхаем

И, конечно, отдыхаем.

*Дыхательное упражнение.*