

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение 1**Пошел котик на торжок,Купил котик пирожок.Пошел котик на улочку,Купил котик булочку.Самому бы съесть?Или Бореньке снесть?Я и сам укушу, Да и Бореньке снесу! | Спокойная ходьба детей.Имитация движений «пирожка».Ходьба детей на месте.Разводят руки в стороны.Руки вперед и обратно к груди.Повороты туловища вправо-влево. |
| **Упражнение 2**Как у нашего котаШубка очень хороша,Как у котика усыУдивительной красы,Глаза-смелые, зубы-белые.Выйдет котя в огород,-Всполошится весь народ.И петух и курицаС деревенской улицыСтанут котю в гости звать, Станут котю угощать | Ип: о.с. руки на поясе. Повороты туловища вправо-влево.Ип: о.с. руки от груди развести в стороны и обратно.Ип:о.с. повороты головы в стороныХодьба на месте с высоким подниманием ног.Ип: ноги слегка расставлены. Наклоны вперед.Подскоки на месте (можно с продвижением вперед). |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение 3**Поскорей посмотри:Мы надули пузыри.Синий, красный, голубой,Выбирай себе любой! | Поднять руки вверх.Разведение рук в стороны.Подскоки на месте.Бег детей. |
| **Упражнение 4**Большие ноги шли по дороге,Маленькие ножки бежали по дорожке | Ходьба друг за другом.Бег детей. |
| **Упражнение 5**Наши уточки с утраКря-кря! Кря-кря-кря! | Повороты туловища в стороны. |
| **Упражнение 6**Барашеньки- крутороженькиПо лесам ходили, по дворам бродили,В скрипочку играли,Ваню потешали.А совища из лесищаГлазами хлоп-хлоп.А козлище из хлевищаНожищами топ-топ. | Ходьба друг за другом.Разведение рук в стороны.Махи руками (в стороны).Топание ногами (подскоки). |
| **Упражнение 7**Буратино потянулся.Раз нагнулся, два нагнулся,Руки в стороны развел,Ключик, видно, не нашел.Чтобы ключик нам достать,Надо на носочки встать! | Действия согласно тексту. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение 8**Зайцы скачут- скок-скок,Да на беленький снежок.Приседают, слушают,Не идет ли волк.Раз- согнуться, разогнуться ,Два- нагнуться, потянуться.Три- в ладоши три хлопка,Головой три кивка. | Подскоки.Топание ногами.Приседание.Наклоны туловища вперед.Приседание.Хлопки в ладоши.Кивание головой. |
| **Упражнения 9**Травка зеленеет,Солнышко блестит,Ласточка с весноюВ гости к нам летит. | Приседание.Поднять руки вверх, потянуться.Развести руки в стороны.Бег в разных направлениях. |
| **Упражнения 10**Сорока- белобокаКашу варила,Деток кормила.Этому дала, этому дала, этому дала.А этому не дала:Ты воды не носил,Дров не рубил,Кашу не варил,Тебе нет ничего! | Прыжки детей.Имитация движений «варить».Имитация движений «кормила».Хлопки в ладоши.Развести руки в стороны.Покачивание туловища из стороны в сторону.Наклоны туловища вперед.Имитация движений «варить».Подскоки детей на месте. |
| **Упражнение 11**Здравствуй, Васька-козёл,Если в гости пришел.Угощайся травкой,Да смотри не чавкай. | Разведение рук в стороны.Наклоны туловища вперед (приседание). |
| **Упражнение 12**Топ-топ по земле,Ведь земля-то наша.И для нас на ней растутПироги да каша! | Спокойная ходьба детей.Приседание, дотронуться до пола.Поднимание рук вверх.Повороты туловища вправо-влево. |
| **Упражнения 13**Водичка, водичка,Умой мое личико,Чтобы глазки блестели,Чтобы щечки краснели,Чтоб смеялся роток,Чтоб кусался зубок. | Махи руками из стороны в стороны.Повороты головы в стороны.Имитация умывания глаз.Имитация умывания щек.Подскоки на месте. |
| **Упражнение 14**Котик серенький приселНа печурочкеИ тихонечко запелПесню Юрочке.Вот проснулся петушок,Встала курочка.Поднимайся, мой дружок, Встань, мой Юрочка! | Приседания.Повороты туловища вправо-влево,Взмахи руками вверх-вниз.Подскоки на месте. |
| **Упражнение15**Котик серенький присел,Киска, киска, брысь!На дорожку не садись!Наша деточка пойдет,Через киску упадет! | Приседание.Топание ногами.Подскоки детей.Ходьба на месте. |
| **Упражнение 16**Совушка-сова,Большая голова,На суку сидит,Во все стороны глядит,Да вдруг как полетит. | Повороты туловища.Поднять руки вверх.Приседание.Повороты головы.Медленный бег. |
| **Упражнение 17**Как у нашего котаШубка очень хороша.Как у котика усыУдивительной красы.Глаза смелые, зубы белые. | Повороты туловища вправо-влево.Повороты головы.Подскоки на месте. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение 18**Там котик усатыйПо садику бродит,А козлик рогатыйЗа котиком ходит.И лапочкой котикПомадит свой ротик,А козлик седоюТрясет головою. | Ходьба детей.Ходьба детей друг за другом (воспитателем).Поочередное поднимание рук.Повороты головы в разные стороны. |
| **Упражнение 19**Мы варили суп, супИз перловых круп, круп.Получилась каша.То-то горе наше!Замесили тесто,А оно ни с места!Замесили на дрожжах-Не удержишь на вожжах. | Имитация движения варки.Хлопки руками.Разведение рук в стороны.Наклоны головы.Имитация движений замешивания теста.Подскоки на месте.Бег детей в разных направлениях. |
| **Упражнение 20**Ой, ду-ду,ду-ду,ду-ду-Потерял пастух дуду,А я дудочку нашла,Пастушку я отдала.На-ка, милый пастушок,Ты спеши- ка на лужок.Там буренка лежит,На теленка глядит.А домой не идет,Молока не несет.Надо кашу варить,Детку кашей кормить. | Имитация игры на дудке.Разведение рук в стороны.Поднимание рук вверх, потянуться.Повороты туловища вправо- влево.Наклоны вперед с вытянутыми руками.Ходьба на месте, высоко поднимая колени.Лежа на полу, руки перед грудью, повороты головы влево-вправо.Приседание на двух ногах.Подскоки на месте. |
| **Упражнение 21**Еду -еду к бабе с дедомНа лошадке в красной шапке!По ровной дорожке,На одной ножке.Все прямо и прямо,А потом вдруг…в яму! | «Пружинка» на месте.Ходьба.Поочередное поднимание ног.Прыжки на месте.Присесть (или упасть). |
| **Упражнение 22**Дуют ветры, ветры буйные.Ходят тучи, тучи темные.Не видать в них света белого,Не видать в них солнца красного. | Бег детей в разных направлениях.Ходьба детей друг за другом по кругуПовороты туловища в разные стороны.Поднять руки вверх, потянуться. |
| **Упражнение 23**Привяжу я козликаК белой березе.Привяжу рогатогоК белой березе.Стой, мой козлик,Стой, не бодай!Белая береза,Стой, не качайся! | Ходьба детей друг за другом.Показать «рожки» на голове.Пригрозить пальчиком, топнуть ногой.Руки на поясе, повороты туловища. |