|  |  |
| --- | --- |
| **«Большой — маленький».**  Сначала буду маленьким,  К коленочкам прижмусь.  Потом я вырасту большим,  До лампы дотянусь. | *Дети выполняют движения по тексту стихотворения.* |
| **«По ровненькой дорожке».**  По ровненькой дорожке,  По ровненькой дорожке  Шагают наши ножки,  Раз-два, раз-два,  По камешкам, по камешкам  По камешкам, по камешкам...  В яму — бух! | *Дети идут шагом,* ,  *прыгают на двух ногах,*  *приседают на корточки* |
| **«Раз-два».**  Мы становимся все выше,  Достаем руками крыши.  Раз-два — поднялись,  Раз-два — руки вниз. | *Дети выполняют движения по тексту стихотворения.* |
| **«Клен».**  Ветер тихо клен качает,  Влево, вправо наклоняет.  Раз — наклон  И два наклон.  Зашумел листвою клен. | *Руки подняты вверх, движения по тексту.* |
| **«Три медведя».**  Три медведя шли домой  Папа был большой-большой.  Мама с ним поменьше ростом, А сынок — малютка простоОчень маленький он был,  С погремушками ходил  Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь. | *Дети шагают на месте вперевалочку Поднять руки над головой, потянуть вверх.*  *Руки на уровне груди.*  *Присесть.*  *Присев, качаться по-медвежьи.*  *Встать, руки перед грудью сжаты в кулаки.*  *Дети имитируют игру с погремушками.* |
| **«Зайка».**  Скок-поскок, скок-поскок,  Зайка прыгнул на пенек.  Зайцу холодно сидеть,  Нужно лапочки погреть,  Лапки вверх, лапки вниз,  На носочках подтянись,  Лапки ставим на бочок,  На носочках скок-поскок.  А затем вприсядку,  Чтоб не мерзли лапки. | *Движения по тексту стихотворения.* |
| **«Один, два, три, четыре, пять».**  Один, два, три, четыре, пять — топаем ногами,  Один, два, три, четыре, пять — хлопаем руками,  Один, два, три, четыре, пять — занимаемся опять.  А в лесу растёт черника  А в лесу растёт черника,  Земляника, голубика.  Чтобы ягоду сорвать,  Надо глубже приседать.  Нагулялся я в лесу.  Корзинку с ягодой несу. | *(Приседания.)* .  *(Ходьба на месте.)* |
| «Аист» —Аист, аист длинноногий, Покажи домой дорогу.  —Топай правою ногою, Топай левою ногою, Снова — правою ногою, Снова — левою ногою. После — правою ногою, После — левою ногою. И тогда придешь домой. | *(И.п. Спина прямая, руки на поясе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, и также плавно опускают.)*  (Аист отвечает.)  *Движения по тексту стихотворения.* |
| «А над морем — мы с тобою!» Над волнами чайки кружат,  Полетим за ними дружно.  Брызги пены, шум прибоя,  А над морем — мы с тобою!  Мы теперь плывём по морю  И резвимся на просторе.  Веселее загребай  И дельфинов догоняй. | *(Дети машут руками, словно крыльями.)*  *(Дети делают плавательные движения руками.)* |
| «Ракета» А сейчас мы с вами, дети,  Улетаем на ракете.  На носки поднимись,  А потом руки вниз..  Раз, два, три, четыре –  Вот летит ракета ввысь! | (1—2 — стойка на носках, руки вверх, ладони образуют «купол раке­ты»; 3—4 — основная стойка.) |
| «А теперь на месте шаг» А теперь на месте шаг.  Выше ноги! Стой, раз, два!  Плечи выше поднимаем,  А потом их опускаем.  Руки перед грудью ставим  И рывки мы выполняем.  Десять раз подпрыгнуть нужно,  Скачем выше, скачем дружно!  Мы колени поднимаем -  Шаг на месте выполняем.  От души мы потянулись,  И на место вновь вернулись. | *(Ходьба на месте.)*  *(Поднимать и опускать плечи.)*  *(Руки перед грудью, рывки руками.)*  *(Прыжки на месте.)*  *(Ходьба на месте.)*  *(Потягивания —руки вверх и в стороны.) (Дети садятся.)* |
| «А часы идут, идут». Тик-так, тик-так,  В доме кто умеет так?  Это маятник в часах,  Отбивает каждый такт  А в часах сидит кукушка,  У неё своя избушка.  Прокукует птичка время,  Снова спрячется за дверью,  Стрелки движутся по кругу.  Не касаются друг друга.  Повернёмся мы с тобой  Против стрелки часовой.  А часы идут, идут,  Иногда вдруг отстают.  А бывает, что спешат,  Словно убежать хотят!  Если их не заведут  То они совсем встают. | *(Наклоны влево-вправо.)*  *(Дети садятся в глубокий присед.)*  *(Приседания.)*  *(Вращение туловищем вправо.)*  *(Вращение туловищем влево.)*  *(Ходьба на месте.)*  *(Замедление темпа ходьбы.)*  (Бег на месте.)  (Дети останавливаются.) |
| «Бабочка». Спал цветок и вдруг проснулся,  Больше спать не захотел,  Шевельнулся, потянулся  Взвился вверх и полетел*.*  Солнце утром лишь проснется,  Бабочка кружит и вьется. | *(Туловище вправо, влево.)*  *(Туловище вперед, назад.)*  *(Руки вверх, потянуться.)*  *(Руки вверх, вправо, влево.)*  *(Покружиться.)* |
| «Бегут, бегут со двора». Бегут, бегут со двора  Гулять, гулять в луга:  Курка-гарабурка-каки-таки,  Утка-поплавутка-бряки-кряки,  Гусь-водомусь-гаги-ваги,  Индкж-хрипиндюк-шулты-булды,  Свинка-толстоспинка-чахи-ряхи  Коза-дерибоза-мехе-беке,  Баран - крутороган-чики -брыки,  Корова-комола-тпруки-муки,  Конь-брыконь-иги-виги. | *(Шагаем на месте.)*  *(Прыжки на месте.)*  *(Хлопаем в ладоши.)*  *(Топаем ногами.)*  *(Приседаем.)*  *(Хлопаем в ладоши.)*  *(Топаем ногами.)*  *(Приседаем.)*  *(Хлопаем в ладоши.)*  *(Топаем ногами.)*  *(Шагаем на месте.)* |
| «Белки» Белки прыгают по веткам.  Прыг да скок, прыг да скок!  Забираются нередко  Высоко, высоко! | *(Прыжки на месте.)* |
| «Будем в классики играть» Будем в классики играть,  На одной ноге скакать.  А теперь ещё немножко  На другой поскачем ножке. | *(Прыжки на одной ножке.)* |
| «Будем прыгать и скакать!» Раз, два, три, четыре, пять!  Будем прыгать и скакать!  Наклонился правый бок.  Раз, два, три.  Наклонился левый бок.  Раз, два, три.  А сейчас поднимем ручки  И дотянемся до тучки.  Сядем на дорожку,  Разомнем мы ножки.  Согнем правую ножку,  Раз, два, три!  Согнем левую ножку,  Раз, два, три.  Ноги высоко подняли  И немного подержали.  Головою покачали  И все дружно вместе встали. | *(Прыжки на месте.)*  *(Наклоны туловища влево-вправо.)*  *(Руки вверх.)*  *(Присели на пол.)*  *(Сгибаем ноги в колене.)*  *(Подняли ноги вверх.)*  *(Движения головой.)*  *(Встали.)* |
| «Будем прыгать, как лягушка». Будем прыгать, как лягушка,  Чемпионка-попрыгушка.  За прыжком — другой прыжок,  Выше прыгаем, дружок! | *(Прыжки.)* |
| «Ванька-встанька». Ванька-встанька,  Приседай-ка.  Непослушный ты какой!  Нам не справиться с тобой! | *(Прыжки на месте.)*  *(Приседания.)*  *(Хлопки в ладоши.)* |
| «Вверх рука и вниз рука» Вверх рука и вниз рука.  Потянули их слегка.  Быстро поменяли руки!  Нам сегодня не до скуки.  Приседание с хлопками:  Вниз - хлопок и вверх - хлопок.  Ноги, руки разминаем,  Точно знаем - будет прок.  Крутим-вертим головой,  Разминаем шею. Стой! | *(Одна прямая рука вверх, другая вниз, рывком менять руки.)*  *(Приседания, хлопки в ладоши над головой.)*  *(Вращение головой вправо и влево.)* |
| «Весёлые гуси» Жили у бабуси *ходьба (на месте, переваливаясь с бока на бок- имитация гуся)*  Два весёлых гуся:  Один серый,  Другой белый,  Два весёлых гуся.  Вытянули шеи  –У кого длиннее!  Один серый, другой белый,  У кого длиннее!  Мыли гуси лапки  В луже у канавки.  Один серый, другой белый,  Спрятались в канавке.  Вот кричит бабуся:  Ой, пропали гуси!  Один серый,  Другой белый   * Гуси мои, гуси!   Выходили гуси,  Кланялись бабусе   * Один серый, другой белый,   Кланялись бабусе | (Музыкальная физкультминутка)  *(Дети поют и выполняют разные движения за педагогом.)*  *( наклоняются вперёд, вытягивают шеи, поворачивают голову вправо и влево)*  *( «моют» ручки, полощут их в воображаемой воде)*  *( присаживаются на корточки)*  *( хватаются за голову, качают головой, всплёскивают руками)*  *( имитация ходьбы гусей, кланяются)* |
| **«Весёлые прыжки»**  Раз, два — стоит ракета.  Три, четыре — самолёт.  Раз, два — хлопок в ладоши,  А потом на каждый счёт.  Раз, два, три, четыре -  Руки выше, плечи шире.  Раз, два, три, четыре -  И на месте походили. | *(Прыжки на одной и двух ногах.)*  *(Ходьба на месте.)* |
| «Ветер» Ветер дует нам в лицо,  Закачалось деревцо.  Ветер тише, тише, тише.  Деревцо всё выше, выше. | *(Дети имитируют дуновение ветра, качая туловище то в одну, то в другую сторону. На слова «тише, тише» дети приседают, на «выше, выше» — выпрямляются.)* |
| «Ветер веет над полями» Ветер веет над полями,  И качается трава.  Облако плывет над нами,  Словно белая гора.  Ветер пыль над полем носит.  Наклоняются колосья —  Вправо-влево, взад-вперёд,  А потом наоборот.  Мы взбираемся на холм,  Там немного отдохнём. | *(Дети плавно качают руками над головой.)*  *(Потягивания — руки вверх.)*  *(Наклоны вправо-влево, вперёд-назад.)*  *(Ходьба на месте.)*  *(Дети садятся.)* |
| «Ветер тихо клен качает» Ветер тихо клен качает,  Вправо, влево наклоняет:  Раз - наклон и два - наклон,  Зашумел листвою клен. | (Ноги на ширине плеч, руки за голову. Наклоны туловища вправо и влево.) |
| «Вечером» Вечером девочка Мила  В садике клумбу разбила,  Брат ее мальчик Иван  Тоже разбил... стакан! | *(Шагаем на месте.)*  *(Прыжки на месте.)*  *(Приседания.)*  *(Хлопаем в ладоши.)* |
| **«Видишь, бабочка летает»**  Видишь, бабочка летает,  На лугу цветы считает.  — Раз, два, три, четыре, пять.  Ох, считать не сосчитать!  За день, за два и за месяц...  Шесть, семь, восемь, девять, десять.  Даже мудрая пчела  Сосчитать бы не смогла! | *(Машем руками-крылышками.) (Считаем пальчиком.)*  *(Хлопки в ладоши.)*  *(Прыжки на месте.)*  *(Шагаем на месте.)*  *(Хлопки в ладоши.)*  *(Машем руками-крылышками.) (Считаем пальчиком.)* |
| «Вместе по лесу идём» Вместе по лесу идём,  Не спешим, не отстаём.  Вот выходим мы на луг.  Тысяча цветов вокруг!  Вот ромашка, василёк,  Медуница, кашка, клевер.  Расстилается ковёр.  И направо и налево.  К небу ручки протянули,  Позвоночник растянули.  Отдохнуть мы все успели  И на место снова сели. | *(Ходьба на месте.)*  *(Потягивания — руки в стороны.)*  *(Наклониться и коснуться левой ступни правой рукой, потом наобо­рот — правой ступни левой рукой.) (Потягивания - руки вверх.)*  *(Дети садятся.)* |
| **«Во дворе растёт подсолнух»**  Во дворе растёт подсолнух,  Утром тянется он к солнцу.  Рядом с ним второй, похожий,  К солнцу тянется он тоже.  Вертим ручками по кругу.  Не задень случайно друга!  Несколько кругов вперёд,  А потом наоборот.  Отдохнули мы чудесно,  И пора нам сесть на место. | *(Дети встают на одну ногу и тянут руки вверх.)*  *(Дети встают на другую ногу и снова тянут руки вверх.)*  *(Вращение прямых рук вперёд и назад.)*  *(Дети садятся.)* |
| «Во дворе стоит сосна». Во дворе стоит сосна,  К небу тянется она.  Тополь вырос рядом с ней,  Быть он хочет подлинней.  Ветер сильный налетал,  Все деревья раскачал.  Ветки гнутся взад-вперёд,  Ветер их качает, гнёт.  Будем вместе приседать -  Раз, два, три, четыре, пять.  Мы размялись от души  И на место вновь спешим. | *(Стоя на одной ноге, потягиваемся —руки вверх, потом то же, стоя на другой ноге.)*  *(Наклоны корпуса вперёд-назад.)*  *(Рывки руками перед грудью.)*  *(Приседания.)*  *(Дети идут на места.)* |
| «Под елочкой»Вот под елочкой зеленой Скачут весело вороны:  Кар-кар-кар!  Целый день они кричали,  Спать ребятам не давали:  Кар-кар-кар!  Только к ночи умолкают  И все вместе засыпают:  Кар-кар-кар! | *(Встали.)*  *(Прыгаем.)*  (Громко.) (Хлопки над головой в ладоши.)  (Повороты туловища влево-вправо.)  (Наклоны туловища влево-вправо.)  (Громко.) (Хлопки над головой в ладоши.)  (Машут руками как крыльями.)  (Садятся на корточки, руки под щеку — засыпают.)  *(Тихо.)*  *(Хлопки над головой в ладоши.)* |
| «Карусели». Еле-еле-еле-еле  Закружились карусели  А потом, потом, потом  Всё бегом, бегом, бегом  Побежали, побежали,  Побежали, побежали,  Тише, тише, не спешите.  Карусель ос-та-но-ви-те.  Раз-два, раз-два,  Вот и кончилась игра. | (*дети начинают медленно двигаться)*  ( *темп речи и движения ускоряется)*  (*темп замедляется)*  (*все остановились)*  *(все кланяются друг другу).* |
| **«Зайчики».**  Девочки и мальчики,  Представьте, что вы зайчики  Раз, два, три, четыре, пять,  Начал заинька скакать.  Прыгал заинька весь день,  Прыгать заиньке не лень. | *(детки делают «ушки» ручками над головой)*  (*скачут на двух ногах)* |
| **«Зайка серенький».**  Зайка серенький сидит и ушами шевелит  Вот так, вот так он ушами шевелит.  Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,  Вот так, вот так, надо лапочки погреть.  Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать  Вот так, вот так, надо зайке поскакать.  Зайку волк испугал, серый зайка ускакал! | (*сидят на корточках)*  (*делают «ушки на макушке» и шевелят «ушками»)*  (*трут ручку об ручку, хлопают себя по бокам).*  (*скачут , поворачиваясь вокруг себя).*  (*разбегаются по группе).* |
| **«Танец в кругу».**  Ты друзей не обижай,  Не дерись и не толкай.  Мы сейчас пойдём направо,  А потом пойдём налево.  В центре круга соберёмся,  И на место все вернёмся.  Мы тихонечко присядем,  И немножечко приляжем.  Мы поднимемся тихонько  И попрыгаем легонько.  Пусть попляшут наши ноги  И похлопают ладони.  Повернёмся мы направо,  Не начать ли всё сначала? | *Дети выполняют движения по тексту стихотворения.* |
| **«Если нравится тебе…»**  Если нравится тебе, то делай так  Если нравится тебе, то делай так  Если нравится тебе, ты другому покажи *,*  Если нравится тебе, то делай так | *Дети выполняют движения, которые им показывает ведущий – движения могут быть любые. Ведущий может меняться – например, по часовой стрелке.*  *( показывает движение)*  *( показывает движение)*  *( показывает движение).* |
| **«Весёлый гном».**  Жил да был весёлый гном.  С круглыми ушами  Он на сахарной горе  Спал под воротами.  Вдруг откуда ни возьмись, великан явился  Скушать гору он хотел  Только подавился.  Ну а что весёлый гном? Так и спит глубоким сном. | (*поднимают руки над головой, изображая колпак)*  (*описывают вокруг ушей круги)*  (*складывают руки «горой»- треугольником)*  (*пальцами изображают ворота)*  (*руки высоко над головой)*  (*делают руками движения, как будто едят руками)*  ( *хватают воздух ртом, надувают щёки).*  *( руки под щёчку, глазки закрыты).* |
| **«Медведь и заяц».**  У медведя дом большой,  А у зайца – маленький  Наш медведь пошёл домой,  А за ним и заинька.  Мы медведя провожаем и занятье продолжаем. | (*развести руки в стороны)*  (*руки свести вместе)*  (*имитируют походку медведя)*  (*руки на поясе, прыжки).* |