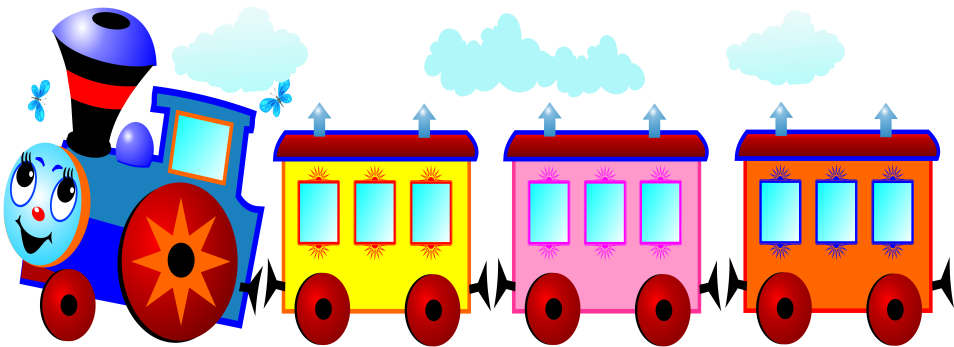
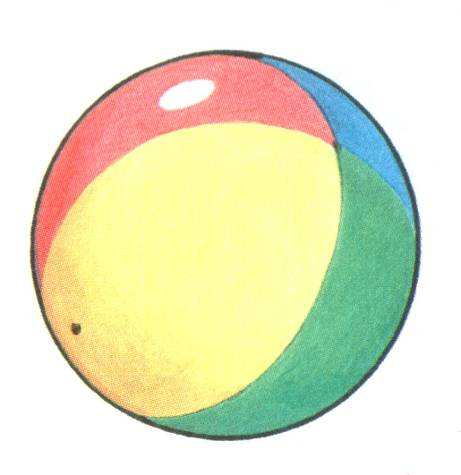
**«Загудел паровоз..»**

Загудел паровоз и вагончики повез.

Чу-чу-чу, чу-чу-чу далеко их укачу.

(*Дети встают и кладут руки на плечи (пояс) впереди стоящему. Начинают движение по залу сначала медленно, а затем быстро.)*



**«Мой веселый, звонкий мяч…»**

Мой веселый, звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, желтый, голубой –

Не угнаться за тобой!

**«Прыгайте, кузнечики…»**

Поднимайте плечики,

*(Поднимать плечи вверх.)*

Прыгайте кузнечики,

*(Подпрыгивать на двух ногах.)*

Прыг-скок, прыг-скок.

Сели, травушку покушали,

*(Присесть на корточки, имитируя движения.)*

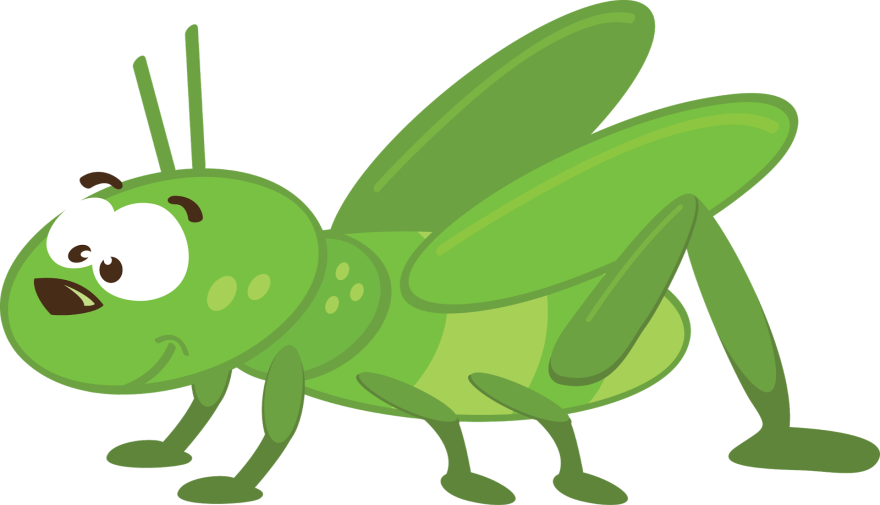
Тишину послушали.

*(Приставить руку к уху, как бы прислушиваясь.)*

Выше, выше, высоко,

Прыгай на носках легко.

*(Дети выполняют движения согласно тексту.)*



**«Как у наших у зверят…»**

Как у наших у зверят

*(Хлопки в ладоши.)*

Ножки весело стучат:

Топ-топ-топ, топ-топ-топ.

*(Топают ногами.)*

А устали ножки, хлопают ладошки:

Хлоп-хлоп-хлоп, хлоп-хлоп-хлоп.

 *(Хлопают в ладоши.)* А потом вприсядочку *(Приседания.)*

Пляшут звери рядышком.

А как пустятся бежать –

*(Бег на месте или по залу.)*

Никому их не догнать.

**«Выпал беленький снежок…»**

*(Дети стоят в кругу, держась за руки.)*

Выпал беленький снежок,

*(дети топают ногами.)*

Собираемся в кружок.

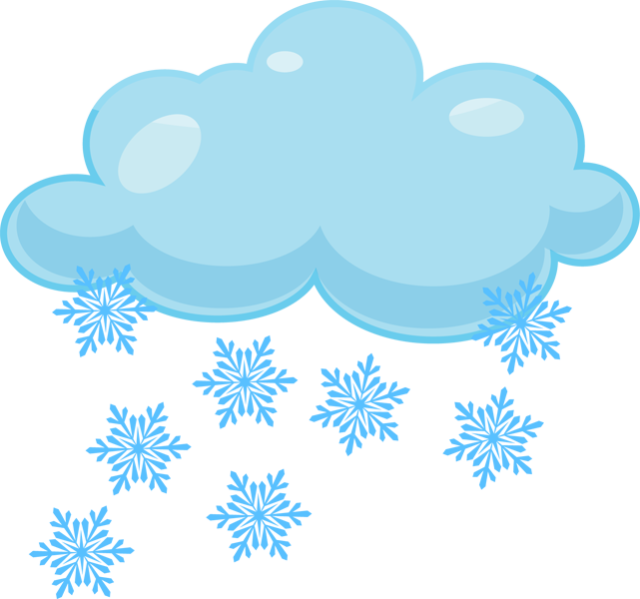
Мы потопаем, мы потопаем!

Будем весело плясать,

Будем ручки согревать.

Мы похлопаем, мы похлопаем!

*(Хлопают в ладоши.)*



**«Льется чистая водица..»**

*(Слова текста сопровождаются действиями.)*

Льется чистая водица

Мы умеем сами мыться.

Порошок зубной берем,

Крепко щеткой зубы трем.

Моем шею, моем уши,

После вытремся посуше.

Голову чуть-чуть налево,

Голову чуть-чуть направо.

Голову опустим вниз

И тихонечко садись.

**«Колобок»**

Замесила бабушка ни булку, ни оладушки,

*(Руки сцеплены в замок, круговые движения влево-вправо.)*

Доставала из печи

*(Руки вверх, в стороны, вниз.)*

Ни пирог, ни калачи,

*(Повороты туловища влево-вправо, руки в стороны.)*

Как поставила на стол,

*(Приседания.)*

Он от бабушки ушел.

*(Прыжки.)*

Кто же бегает без ног?

*(Хлопки в ладоши.)*

Это желтый колобок!



**«Солнце»**

Солнце вышло из-за тучки,

Мы протянем к солнцу ручки.

*(Потягивания – руки вверх.)*

Руки в стороны потом

Мы пошире разведем.

*(Потягивания – руки в стороны.)*

Мы закончили разминку.

Отдыхайте, ручки, спинка.

**«Ладушки»**

Ладушки, ладушки,

Мы пекли оладушки.

Испекли мы целых

*( Поочередно: поворот вправо, левой ладонью сделать хлопок по правой; поворот влево, правой ладонью сделать хлопок по левой.)*

Пять,

*(Показать 5 пальцев.)*

Один кошке надо дать.

*(Отвести правую руку в сторону, показывая один палец.)*

Один коту

*(Отвести руку левую в сторону, показывая один палец.)*

С усами,

(*Показать «усы».)*

Три

*(Показать три пальца.)*

Съедим мы сами!

(Поглаживать живот.

**«Зайка серенький сидит…»**

Зайка серенький сидит

И ушами шевелит.

*(Дети показывают «ушки» зайца руками.)*

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть,

*(Показывают: холодно, и трут ладонями рук друг о друга.)*

Зайке холодно стоять,

*(Встают, показывают, что холодно.)*

Надо зайке поскакать.

*(Скачут.)*

Кто-то зайку напугал –

Зайка – прыг – и убежал.

*(Разбегаются.)*

**«Жук»**

На лужайке, по ромашкам

*(Полуприседая, вставая, взмахи кистями рук, согнутых в стороны.)*

Жук летал в цветной рубашке:

Жу-жу-жу, жу-жу-жу.

*(Поворот переступанием на носках вправо, полуприсед, шевеля пальчиками.)*

Я с ромашками дружу.

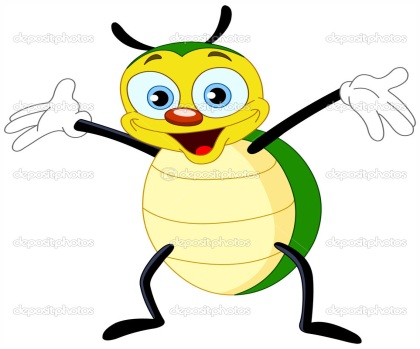
*(То же в другую сторону.)*

Тихо на ветру качаюсь,

*(Наклоны туловища вправо-влево.)*

Низко, низко наклоняюсь.

*(Круговые движения туловища вправо, руки на пояс. Повторить еще раз все и выполнить круговое движение в другую сторону.)*



**«Гуси серые»**

Гуси серые летели,

*(Взмахи руками в стороны.)*

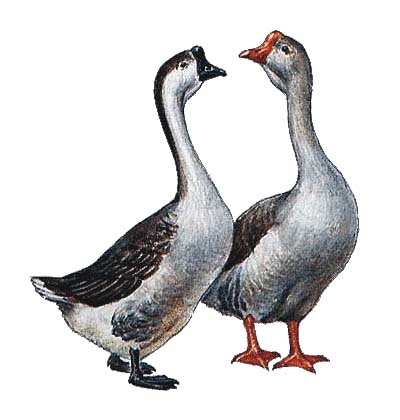
На лужайку тихо сели,

*(Приседания.)*

Походили, поклевали,

*(Ходьба, наклоны.)*

Потом быстро побежали.

*(Бег и ходьба.)*



**«Мишка косолапый…»**

Мишка косолапый по лесу идет,

Шишки собирает, песенку поет.

Шишка отскочила – прямо мишке в лоб.

Мишка рассердился и ногою топ!

**«Горошина»**

По дороге Петя шел,

*(Ходьба по залу.)*

Он горошину нашел,

*(Упор присев, встать.)*

А горошина упала,

*(Поворот туловища в сторону, руки в стороны.)*

Покатилась и пропала.

*(Продолжаем поворот в другую сторону.)*

Ох, ох, ох, ох!

Где-то вырастет горох.

*(Качаем головой вправо и влево, руки согнуты в локтях.)*



**«Сяду-встану»**

Сяду-встану,

Сяду-встану

*(Приседания.)*

И как мячик подскочу,

*(Прыжки на двух ногах.)*

Приседать я не устану,

Я спортсменом стать хочу.

*(Полу приседы с поворотом туловища, руки на поясе.)*

**«Зайка*»***

Ну-ка, зайка, поскачи, поскачи,

Лапкой, лапкой постучи, постучи.

*( прыжки на двух ногах, поджав руки к груди)*

Ты на травку упади, упади,

Полежи и отдохни, отдохни.

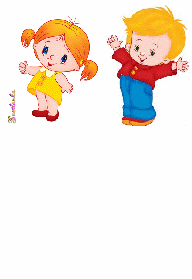
*(присесть на корточки – отдохнуть)*

Отдохнул, теперь вставай,

Прыгать снова начинай*!*

*( снова прыжки на двух ножках*)





**Хлоп и топ**

Мы ручками похлопаем:

Хлоп, хлоп, хлоп.

Мы ножками потопаем:

Топ, топ, топ.

*(Ребенок выполняет соответствующие движения.)*

**«Поехали…»**

На лошадке, на лошадке

Покататься я хочу.

*(Ходьба высоко поднимая колени.)*

Сяду, сяду на лошадку, На лошадке поскачу!

*(Присесть и снова встать.)*

Цок, цок, цок, цок.

*(«Скачем» на лошадке.)*

На лошадке ехали,

До угла доехали.

*(Ходьба.)*

Сели на машину,

Налили бензина,

*(Встать и «взяться» за руль.)*

Машина, машина

Едет, гудит,

В машине, в машине

Шофер сидит.

*(«Едем» на машине и «сигналим».)*

Приехали!

*(Остановились.)*



**Лебеди**

Лебеди летят, крыльями машут

*( Дети плавно взмахивают руками*

*с большой амплитудой.)*

Прогнулись над водой,

*(Наклоняются вперед, поворачивая головой)*

Качают головой.

Прямо и гордо умеют держаться,

( *Выпрямляются, приседают.)*

Очень бесшумно на воду садятся.

*(Взмахивают руками.)*



**Дождик**

Капля раз, капля два,

( *прыжки на носочках, руки на поясе)*

Очень медленно сперва,

А потом, потом, потом,

Всё бегом, бегом, бегом.

*(бегут)*

Мы зонты свои раскрыли

( *руки в стороны.)*

От дождя себя укрыли.

( *руки полукругом над головой.)*

*Физкультминутки*

*для младшей группы*