

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 22 «СКАЗКА»**

**«Картотека физических минуток для детей старшего дошкольного
возраста»**

Составила: воспитатель Урсу Э.Р.

Овощи

№1 ОВОЩИ

Как-то вечером на грядке Репа, свекла, редька, лук Поиграть решили в прятки, Но сначала встали в круг. Рассчитались четко тут же: Раз, два, три, четыре, пять. Прячься лучше, прячься глубже, Ну а ты иди искать.	Дети идут по кругу, взявшись за руки, в центре на корточках сидит водящий с завязанными глазами. Останавливаются, крутят водящего. Разбегаются, приседают, водящий их ищет.
--	--

Фрукты

№ 2 САДОВНИК

Мы вчера в саду гуляли, Мы смородину сажали. Яблони белили мы Известью, белилами. Починили мы забор, Завели мы разговор: — Ты скажи, Садовник наш, Что ты нам В награду дашь? — Дам в награду Слив лиловых, Груш медовых, Самых крупных Спелых яблок, Вишен Целый килограмм. Вот что вам В награду дам!	Дети идут по кругу, взявшись за руки. Изображают, как копают яму и сажают в нее куст. Движение правой рукой вверх-вниз. Имитируют удары молотком. Стоят лицом в круг. В центр выходит один ребенок. Ведут диалог. На каждое название фруктов загибают по одному пальцу на обеих руках, начиная с больших
--	--

№ 3 ЕЖИК И БАРАБАН

С барабаном ходит ежик, Бум-бум-бум! Целый день играет ежик, Бум-бум-бум! С барабаном за плечами, Бум-бум-бум! Ежик в сад забрел случайно, Бум-бум-бум! Очень яблоки любил он, Бум-бум-бум! Барабан в саду забыл он, Бум-бум-бум! Ночью яблоки срывались,	Дети маршируют по кругу, изображая игру на барабане. Маршируют, спрятав руки за спину. Подносят ко рту то одной, то другой рукой воображаемое яблоко. Разводят руками.
---	---

Бум-бум-бум! И удары раздавались, Бум-бум-бум! Зайцы здорово струхнули, Бум-бум-бум! Глаз до зорьки не сомкнули, Бум-бум-бум!	Руки на поясе, выполняют прыжки на месте. Приседают, сделав «ушки» из ладошек.
---	---

№ 4 ЯБЛОНЯ

— Яблоня! Яблоня! Где же твои яблоки? Заморозил их мороз? Или ветер их унес? Или молния спалила? Или градом их побило? Или птицы поклевали? Куда они пропали? — Не морозил их мороз, И не ветер их унес, Не спалило их огнем, Града не было с дождем, Птицы их не поклевали... Дети оборвали!	Дети идут по кругу, взявшись за руки. В центре стоит один ребенок — «яблоня». Дети останавливаются, на каждую строку загибают по одному пальцу на обеих руках. Опускают руки,жимают плечами. Эти слова произносит ребенок-«яблоня». Дети загибают по одному пальцу на обеих руках, начиная с больших. Дети разбегаются, ребенок-«яблоня» пытается их запятнать.
--	---

Ягоды.

№ 5 ЗА МАЛИНОЙ

За малиной в лес пойдем, в лес пойдем. Спелых ягод наберем, наберем. Солнышко высоко, А в лесу тропинка. Сладкая ты моя, Ягодка-малинка.	Дети водят хоровод, взявшись за руки. Идут по кругу, наклоняясь, как бы собирая ягоды. Встают лицом в круг, тянутся руками вверх. Наклоняются и пытаются достать пол. Идут по кругу, взявшись за руки.
---	--

№ 6 ПО ЯГОДЫ

Мы шли-шли-шли, Много клюквы нашли. Раз, два, три, четыре, пять, Мы опять идем искать.	Маршируют по кругу, держа руки на поясе. Наклоняются, правой рукой достают носок левой ноги, не сгибая колен. Опять идут по кругу. Наклоняются, левой рукой касаются носка правой ноги, не сгибая колен.
---	---

Грибы.

№ 7 БОРОВИК

По дорожке шли — Боровик нашли. Боровик боровой В мох укрылся с головой. Мы его пройти могли, Хорошо, что тихо шли.	Дети идут по кругу, взявшись за руки. Приседают, опускают голову. Опускают голову еще ниже, группируются. Вновь идут по кругу.
--	---

№ 8 ЗА ГРИБАМИ

Все зверюшки на опушке Ищут грузди и волнушки. Белочки скакали, Рыжики срывали. Лисичка бежала, Лисички собирала. Скакали зайчатки, Искали опятки. Медведь проходил, Мухомор раздавил.	Дети идут в хороводе. Скачут вприсядку, срывают воображаемые грибы. Бегут по кругу, собирают воображаемые грибы. Скачут стоя, срывая воображаемые грибы. Идут вразвалку, затем топают правой ногой.
---	---

Цветы.

№9 НА ОКОШКЕ В ГОРШОЧКАХ

На окне в горшочках Поднялись цветочки. К солнцу потянулись, Солнцу улыгнулись. К солнышку листочки Повернут цветочки, Развернут бутоны, В солнышке утонут.	Дети сидят на корточках лицом в круг. Медленно встают. Тянутся на носочках, подняв руки вверх. Разводят руки в стороны ладонями вверх. Поворачиваются вправо-влево, руки на поясе Соединяют ладошки над головой Раскрывают ладошки-бутоны.
--	--

Деревья.

№ 10 ДЕРЕВЬЯ

Листья осенние тихо кружатся, Листья нам под ноги тихо ложатся. И под ногами шуршат, шелестят, Будто опять закружиться хотят.	Дети кружатся, расставив руки в стороны. Приседают. Движения руками влево-вправо. Снова кружатся на носочках.
--	--

№ 11 ВЕТЕР И ЛИСТЬЯ

Ветер по лесу летал, ветер листики считал Вот дубовый, Вот кленовый, Вот рябиновый резной, Вот с березки золотой. И последний лист с осинки ветер бросил на тропинку. Ветер по лесу кружил, Ветер с листьями дружил. Вот дубовый, Вот кленовый, Вот рябиновый резной, Вот с березки золотой. И последний лист с осинки ветер кружит над тропинкой. К ночи ветер-ветерок Рядом с листьями прилег. Вот дубовый, Вот кленовый, Вот рябиновый резной, Вот с березки золотой. И последний лист с осинки тихо дремлет на тропинке	Дети бегут по кругу на носочках и взмахивают руками. Встают лицом в круг, загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку. Опускают руки, приседают. Снова бегут по кругу на носочках и взмахивают руками. Встают лицом в круг, загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку. Кружатся на носочках на месте. Приседают, опустив руки. Сидят лицом в круг и загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку. Ложатся на спину, расслабляются, закрывают глаза. .
--	--

№ 12 ЯСЕНИ

Ясени роняют семена. На сугроб ложатся письма: Черточки прямые и косые. Замерзают ясени босые, А февраль со всех сторон пуржит, Письмена стирает и кружит.	Стоя лицом в кругу, приседают, опускают руки на ковер. Ритмично прямо и косо прикладывают ладони к ковру. Встают на носочки, поднимают руки вверх, трясут ими. Кружатся на носочках против часовой стрелки. Кружатся на носочках по часовой стрелке.
--	--

№ 13 СТАРЫЙ КЛЕН

На поляне перезвон — Это пилят старый клен. Поперечная пила Охватила полствола, Рвет кору и режет жилки, Брызжут желтые опилки. Только крикнул старый ствол И пошел, пошел, пошел. Грянул наземь левым боком, Утонул в снегу глубоком	Дети встают парами, изображают работу пилой. Поднимают руки вверх, медленно наклоняются. Ложатся на левый бок, потягиваются.
---	--

Животные

Домашние животные.

№ 14 ЛОШАДКА

Я люблю свою лошадку, Причешу ей шерстку гладко Гребешком приглажу хвостик И верхом поеду в гости А. Барто	Поглаживание ладонью по голове воображаемой лошадки, потом по спинке, по хвостику. Бег по кругу, высоко поднимая колени.
--	---

№ 15 ДОМАШНИЕ ПТИЦЫ

Наши уточки с утра — Кря-кря-кря! Кря-кря-кря! Наши гуси у пруда — Га-га-га! Га-га-га! Наши курочки в окно — Ко-ко-ко! Ко-ко-ко! А как Петя-петушок Раным-рано поутру Нам сплет: «Ку-ка-ре-ку!» Русская народная потешка	Дети идут по кругу впереvalочку, подражая походке уток. Идут по кругу, вытянув шеи и оставив руки назад. Останавливаются, встают лицом в круг, бьют руками по бокам. Поворачиваются спиной в круг, поднимаются на носочки, оставляют руки назад.
---	--

№ 16 КОРОВА

«Му-му-му! — мычит корова. — Забодаю Катю с Вовой. Вы не пьете молоко? Убегайте далеко!»	Идут по кругу, сделав «рога» из указательных пальцев. Поворачиваются в круг, делают по два поворота вправо-влево. Руки на пояс, делают сердитое лицо. Разбегаются по группе.
---	---

№ 17 ТЕЛЕНОК

Бу-бу, Я рогатый.	Два прыжка. «Рожки» из пальчиков.
Бу-бу, Я хвостатый.	Два прыжка. «Хвостик» из руки — за спиной.
Бу-бу, Я ушастый.	Два прыжка. «Ушки» из ладошек.
Бу-бу, Очень страшный	Два прыжка. «Рожки» из пальчиков.
Бу-бу, Испугаю.	Два прыжка. Топают.
Бу-бу, Забодаю.	Два прыжка. «Бодаются».
А. Введенский	

№ 18 КОШКА

Вы со мной знакомы близко. Я приветливая киска. Кверху — кисточки на ушках, Когти спрятаны в подушках. В темноте я зорко вижу, Понапрасно не обижу. Но дразнить меня опасно — Я царапаюсь ужасно.	Идут по кругу на носочках, крадучись, держа согнутые руки перед грудью. Останавливаются, встают лицом в круг, делают «ушки» из ладошек, затем — «когти» из пальчиков. Вновь идут по кругу крадучись. Опять останавливаются, встают лицом в круг и показывают «когти»
В. Стоянов	

№ 19 КИСКА

То прогнет, То выгнет спинку, Ножку вытянет вперед - Это делает зарядку Наш Маркиз - Пушистый кот. Чешет он себя за ушком, Жмурит глазки и урчит. У Маркиза все в порядке: Когти, шерсть и аппетит	
--	--

№ 20 КОТЯТА

Пушистые комочки Умыли лапкой щечки, Умыли лапкой носик, Умыли лапкой глазки – Правый глазик, левый глазик. Умыли лапкой ушки – Правое ушко, левое ушко. А ушки у котят, как домики стоят.	
--	--

№ 21 КОТИК

Вот какой котяшка, Круглая мордашка, И на каждой лапке Коготки-царапки. Все ему игрушки — Кубик и катушки. Котик, точно мячик, По квартире скачет. О. Высоцкая	Крадутся по кругу друг за другом на носочках. Останавливаются, показывают обеими руками мордашку, Ритмично вытягивают вперед то левую, то правую руку. Прыгают на носочках. Держат руки на поясе. Выполняют поскоки, двигаются по кругу друг за другом .
--	--

№ 22 КРОЛИКИ

Мы на ферме побывали, Белых кроликов видали. Шустренькие кролики То ложились, То кружились В проволочном домике. Лапками стучали, Весело пищали. Мы зверькам не травки жесткой — Клеверу достанем... Вырастайте с нежной шерсткой, С круглыми хвостами. К. Кубилинскас	Идут по кругу, взявшись за руки. Прыгают по кругу, сделав «ушки» из пальчиков. Ложатся. Кружатся. Хлопают в ладоши. Топают ногами. Идут по кругу, взявшись за руки. Вновь прыгают по кругу, сделав «ушки» из пальчиков.
---	---

№ 23 КОЗОЧКА

Я козочка Ме-ке-ке, Я гуляю на лужке. Острые рожки, Тоненькие ножки. На самой макушке — Бархатные ушки. Язык полотняный, Хвостик конопляный... Литовская песенка	Идут по кругу, взявшись за руки. Показывают «рожки». Прыгают на двух ногах. Делают «ушки» из ладошек. Показывают язык «лопатой». Рукой показывают «хвостик».
---	---

№ 24 ИНДЮК

Ходит по двору индюк Среди уток и подруг.	(шаги на месте)
Вдруг увидел он грача	(остановиться, удивленно посмотреть вниз)
Рассердился сгоряча.	
Сгоряча затопал	(потопать ногами)
Крыльями захлопал	(руками, словно крыльям, похлопать себя по бокам)
Весь раздулся, словно шар	(руки на поясе)
Или медный самовар	
Затряс бородою	(сцепить округленные руки перед грудью)
Понесся стрелою.	(помотать головой, приговаривая «бала – бала – бала», как индюк)
	(бег на месте)

Дикие животные.

№ 25 ЕЖИК И БАРАБАН

С барабаном ходит ежик, Бум-бум-бум! Целый день играет ежик, Бум-бум-бум! С барабаном за плечами, Бум-бум-бум! Ежик в сад забрел случайно, Бум-бум-бум! Очень яблоки любил он, Бум-бум-бум! Барабан в саду забыл он, Бум-бум-бум! Ночью яблоки срывались, Бум-бум-бум! И удары раздавались, Бум-бум-бум! Зайцы здорово струхнули, Бум-бум-бум! Глаз до зорьки не сомкнули, Бум-бум-бум!	Дети маршируют по кругу, изображая игру на барабане. Маршируют, спрятав руки за спину. Подносят ко рту то одной, то другой рукой воображаемое яблоко. Разводят руками. Руки на поясе, выполняют прыжки на месте. Приседают, сделав «ушки» из ладошек.
--	---

№ 26 ВЕСЕЛЫЕ ЗВЕРЯТА

Зайка скачет по кусточкам, По болоту и по кочкам. Белка прыгает по веткам, Гриб несет бельчатам-деткам. Ходит мишка косолапый, У него кривые лапы. Без тропинок, без дорожек Катится колючий ежик Н. Нищева	Скачут на двух ногах, сделав «ушки» из ладоней. Прыгают, согнув руки перед грудью. Идут вперевалку. Двигаются в полуприседе, сделав круглые спинки.
---	---

№ 27 МЕДВЕЖОНОК

Медвежонок Жак простужен, Мед ему сегодня нужен. Мед дадим ему на ужин, Потому что мы с ним дружим Н. Нищева	Дети идут по кругу, взявшись за руки, в центре один ребенок. Останавливаются, протягивают к ребенку руки «ковшиком». Берут ребенка в круг, идут все вместе.
--	--

№ 28 МЕДВЕДЬ

Как на горке — снег, снег, И под горкой — снег, снег, И на елке — снег, снег, И под елкой — снег, снег. А под снегом спит медведь. Тише, тише... Не шуметь! И. Токмакова	Дети медленно поднимают руки вверх. Медленно приседают, опускают руки. Вновь встают и поднимают руки. Приседают и опускают руки. На цыпочках бегут по кругу. Держат руки на поясе.
--	---

№ 29 НА ВОДОПОЙ

Жарким днем лесной тропой Звери шли на водопой. За мамой-лосихой топал лосенок, За мамой-лисицей крался лисенок, За мамой-ежихой катился ежонок, За мамой-медведицей шел медвежонок, За мамою-белкой скакали бельчата, За мамой-зайчихой — косые зайчата, Волчица вела за собою волчат. Все мамы и дети напиться хотят.	Дети идут по кругу друг за другом. . Идут, громко топая. Идут крадучись. Передвигаются в глубоком приседе. Идут вперевалку. Скачут на носочках, согнув руки перед грудью. Скачут, сделав «ушки» из ладоней. Идут на четвереньках. Останавливаются.
---	--

№ 30 МИШКИ

Мишки по лесу гуляли, Мишки ягоды искали. Вот так, вот так Мишки ягодки искали. Сладку ягодку малинку Положили всю в корзинку Вот так, вот так. Положили всю в корзинку. Как малинкой угостились, Все на травке развалились. Вот так, вот так. Все на травке развалились. А потом Мишки плясали Лапки кверху поднимали Вот так, вот так.	(идем вперевалочку) (ставим одну руку на бочок – это «корзинка») собираем ягоды и складываем в «корзинку») (гладим себя по животику) (выставляем ножки на пятку, поднимаем руки вверх)
--	---

№ 31 ЗВЕРИНАЯ ЗАРЯДКА

Раз – присядка, два – прыжок. Это заячья зарядка. А лисята как проснуться Любят долго потянуться Обязательно зевнуть Ну и хвостиком вильнуть А волчата спинку выгнуть И легонечко подпрыгнуть Ну, а мишка косолапый Широко расставив лапы То одну, то обе вместе Долго топчется на месте А кому зарядки мало – начинает все сначала.	Присесть, встать кулачками потереть глаза потянуться зевнуть, прикрывая рот ладошкой движение бедрами в стороны прогнуться в спине прыжок руки полусогнуты в локтях, ладошки соединены ниже пояса Ноги на ширине плеч переступание с ноги на ногу раскачивание туловища в стороны
---	--

Птицы.

№ 32 СНЕГИРИ

Вот на ветках, посмотри, В красных майках снегири. Распушили перышки, Греются на солнышке. Головой вертят, Улететь хотят. — Кыш! Кыш! Улетели! За метелью, за метелью!	4 хлопка руками по бокам 4 наклона головы. Частые потряхивания руками, опущенными вниз. 2 поворота головы на каждую строку. Разбегаются по комнате, взмахивая руками, как крыльями. .
Н. Нищева	

№ 33 ВОРОБЕЙ

Среди белых голубей Скачет шустрый воробей. Воробушек-пташка, Серая рубашка. Откликайся, воробей, Вылетай-ка, не робей. Русская народная потешка	Дети идут по кругу, заложив руки за спину, это «голуби». В центре скачет на корточках один ребенок — «воробей». Встают лицом в круг, берутся за руки, идут приставным шагом. «Воробей» пытается «вылететь», а «голуби» его не пускают. .
---	--

№ 34 ЛАСТОЧКИ

Ласточки летели, Все люди глядели. Ласточки садились, Все люди дивились. Сели, посидели, Взвились, полетели. Полетели, полетели, Песенки запели. Болгарская народная песенка	Бегут по кругу, взмахивая руками, как крыльями. Приседают, сложив руки за спиной. Делают ритмичные наклоны головы. Опять бегут по кругу, взмахивая руками.
---	---

Насекомые.

№ 35 БАБОЧКА

Видишь, бабочка летает, На лугу цветы считает. — Раз, два, три, четыре, пять. Ох, считать не сосчитать! Задень, за два и за месяц... Шесть, семь, восемь, девять, десять. Даже мудрая пчела Сосчитать бы не смогла! Н. Нищева	Машем руками-крылышками Считаем пальчиком Хлопки в ладоши Прыжки на месте Шагаем на месте Хлопки в ладоши Машем руками-крылышками Считаем пальчиком
--	--

Продукты.

№ 36 КОЛОБОК

Колобок, колобок, Колобок — румяный бок По дорожке покатился И назад не воротился. Встретил мишку, волка, зайку, Всем играл на балалайке. У лисы спел на носу, — Больше нет его в лесу. Н. Нищева	Идут в полуприседе, поставив руки на пояс. Бегут на носочках, держа руки на поясе. Встав лицом в круг, изображают медведя, волка, зайца Изображают игру на балалайке. Пляшут вприсядку. Разводят руками.
--	---

Времена года.

№ 37 ОСЕНЬ

Осень. По утрам морозы. В рощах желтый листопад. Листья около березы Золотым ковром лежат. В лужах лед прозрачно-синий. На листочках белый иней. Е. Головин	Дети медленно встают на носочки и поднимают руки вверх, Плавные движения над головой влево-вправо Медленно приседают, делают плавные движения руками перед собой влево-вправо. Встают, плавно разводят руки в стороны Поднимаются на носочки, руки вверх.
---	--

№ 38 СНЕЖНАЯ БАБА

Сегодня из снежного мокрого кома Мы снежную бабу слепили у дома. Стоит наша баба у самых ворот Никто не проедет, никто не пройдет. Знакома она уже всей детворе, А Жучка все лает: «Чужой во дворе!» И. Демьянов	Идут по кругу, катят перед собой воображаемый ком. «Рисуют» руками три круга, начиная с маленького. Повороты вправо-влево, руки на поясе Грозят указательным пальцем сначала правой руки, потом — левой. Идут по кругу, взявшись за руки,
--	--

№ 39 СНЕГОВИК

Давай, дружок, смелей, дружок, Кати по снегу свой снежок. Он превратится в толстый ком, И станет ком снеговиком. Его улыбка так светла! Два глаза, шляпа, нос, метла. Но солнце припечет слегка — Увы! — и нет снеговика. В. Егоров	Идут по кругу, изображая, что катят перед собой снежный ком. «Рисуют» обеими руками большой круг. «Рисуют» снеговика из трех комков. Широко улыбаются. Показывают глаза, прикрывают голову ладошкой, дотрагиваются до носа, встают прямо, как бы держа воображаемую метлу. Медленно приседают. Разводят руками,жимают плечами.
---	--

№ 40 ХУДОЖНИК-НЕВИДИМКА

Художник-невидимка По городу идет: Всем щеки нарумянит, Всех за нос ущипнет. А ночью он, пока я спал, Пришел с волшебной кистью И на окне нарисовал Сверкающие листья. Н. Нищева	Маршируют по кругу друг за другом с высоким подниманием колена. Останавливаются, встают лицом в круг, трут щеки ладонями.Щиплют себя за нос. Идут на цыпочках друг за другом. Останавливаются лицом в круг, «рисуют» листья воображаемой кистью.
---	--

№ 41 ВЕСНА, ВЕСНА КРАСНАЯ

Весна, весна красная! Приди, весна, с радостью, С радостью, с радостью, С великой милостью: Со льном высоким, С корнем глубоким, С хлебами обильным Русская народная песенка	Дети идут по кругу, взявшись за руки. Поворачивают в противоположную сторону. Останавливаются, поднимаются на носочки, тянут руки вверх, делают вдох. Опускают руки, приседают, делают выдох. Взявшись за руки, бегут по кругу.
--	--

№ 42 ВЕСЕННЯЯ ПЕСЕНКА

А уж ясно солнышко Припекло, припекло И повсюду золото Разлило, разлило. Ручейки по улице Всё журчат, журчат. Журавли курлыкают И летят, летят. Белорусская народная песня	Дети идут по кругу, взявшись за руки, медленно поднимают руки. Продолжают идти и медленно опускают руки. Бегут на носочках. Руки на поясе. Идут, высоко поднимая колени и взмахивая руками. .
---	--

Явления природы.

№ 43 ЛЕТНИЙ ДОЖДЬ

Шлеп! Шлеп! Шлеп! Шлеп! Шлепаем по лужам. Шлеп! Шлеп! Шлеп! Шлеп! Зонтик нам не нужен. Нам не страшен сильный дождь! Лето наступило! Ну, промокли мы. И что ж? Будем мыться с мылом! Н Нищева	Дети идут по кругу друг за другом, шлепая ногами. Останавливаются лицом в круг, смыкают руки над головой. Выполняют прыжки на носочках, руки на поясе. Тянутся вверх, раскинув руки. Пжимают плечами. Улыбаются. Показывают, как намыли вают руки.
--	---

№ 44 РАДУГА

Здравствуй, радуга-дуга, Разноцветный мостик! Здравствуй, радуга-дуга! Принимай нас в гости. Мы по радуге бегом Пробежимся босиком. Через радугу-дугу Перепрыгнем на бегу. И опять бегом, бегом Пробежимся босиком. Н Нищева	Дети выполняют поклон. рисуют в воздухе дугу, разводят руки в стороны. Вновь выполняют поклон. Идут по кругу, взявшись за руки. Бегут по кругу друг за другом, высоко поднимая колени. Встают лицом в круг, делают четыре прыжка на носках. Делают еще четыре прыжка на носах. Бегут по кругу друг за другом, высоко поднимая колени.
---	--

№ 45 ДОЖДИК

Капля раз, Капля два, Очень медленно сперва. А потом, потом, потом Все бегом, бегом, бегом. Мы зонты свои раскрыли, От дождя себя укрыли.	Прыжки на носочках, руки на поясе. Развести руки в стороны. Сомкнуть руки над головой полукругом
--	---

№ 46 ТУМАН

Туман повис клоками в саду и во дворе. Поймать туман руками решил я на заре. Я взял его ладошкой и крепко-крепко сжал. Но прыткий он как кошка. Он взял... и убежал. Висит туман над речкой и дышит как живой, Как белая овечка с кудрявой головой. И маленькие рожки на этой голове. Но поутру остались лишь капли на траве...	Дети присели на карточки, выполняют ритмичные удары ребром ладони и кулачками по полу. Ритмично сжимают и разжимают кулачки. Медленно крепко сжимают кулачки. «Бегают» пальчиками по полу. Встают, поднимают руки и качают ими из стороны в сторону Смыкают руки над головой. Показывают «рожки». Выполняют ритмичные прыжки на носочках.
--	---

№ 47 ГНОМ И ДОЖДЬ

Дождик, дождик за окном. Под дождем остался гном. Поскорей кончайся, дождик, Мы гулять идти не можем.	Четыре ритмичных прыжка на обеих ногах, руки на поясе. Приседают. Встают, смотрят вверх, тянут вверх руки. Идут по кругу, взявшись за руки. Н. Нищева
--	---

Мой дом. Моя страна.

№ 48 В ЛЕТНЕМ САДУ ЛИСТОПАД

В Летнем саду листопад. Листья в саду шелестят. В канавке Лебяжьей купаются листья Газоны от листьев дворники чистят. Грустные статуи в тихих аллеях. В тихих аллеях осенью веет. Н. Нищева	Дети плавно качают руками вправо, влево. Приседают, водят руками по полу. Машут воображаемой метлой. Встают на носочки и замирают. Дети кружатся на носочках, руки подняты вверх.
---	--

№ 49 СТРОИМ ДОМ

Раз, два, три, четыре, пять. Будем строить и играть. Дом большой, высокий строим. Окна ставим, крышу кроем. Вот какой красивый дом! Будет жить в нем старый гном.	Дети выполняют прыжки на месте. Встают на носочки и тянутся руками вверх. Показать руками окно, крышу - сомкнуть руки над головой Указательным жестом вытягивают руки вперед. Приседают. Н. Нищева
--	---

№ 50 К РЕЧКЕ

К речке быстрой мы спустились, Наклонились и умылись. Раз, два, три, четыре — Вот как славно освежились. А теперь поплыли дружно. Делать так руками нужно: Вместе — раз, это брасс, Одной, другой — это кроль, Все как один плывем как дельфин. Вышли на берег крутой И отправились домой.	Дети идут к центру круга. Наклоняются, трут лицо руками. Прыжки на месте Потянулись, руки вверх Идут по кругу, взявшись за руки. · Показывают «брасс». Показывают «кроль». Идут по кругу, сложив вытянутые руки. маршируют. · Н. Нищева
---	---

Одежда.

№ 51 ПЛАТЬЕ

Это платье для Наташки — Красные горошки. А на платье два кармашка, Спрячем в них ладошки.	Четыре ритмичных поворота вправо- влево, руки на поясе. Четыре ритмичных прыжка на обеих ногах. «Рисуют» на животике два кармашка. Прикладывают обе ладошки к животику. Н. Нищева
---	--

Обувь.

№ 52 ТАПКИ

Это тапки для Антошки, Чтобы в них не мерзли ножки. Топ-топ-топотушки. Что за тапки! Как игрушки!	По два раза ритмично топают каждой ногой. Четыре ритмичных прыжка на обеихногах. По два раза ритмично топают каждой ногой. Сначала левую ногу ставят на носок, потом — на пятку, потом — правую. Н. Нищева
--	--

№ 53 БОТИНКИ

Вот ботинки для Маринки, Не ботинки, а картинки. Чтобы в них гулять ходить, Бегать, прыгать и шалить.	По два раза ритмично топают каждой ногой. Четыре ритмичных прыжка на обеихногах. Ходьба по кругу друг за другом. Бегут, делают два прыжка, топают обеими ногами Н. Нищева
--	--

Человек.

№ 54 ЭТО Я

Это глазки. Вот. Вот.	Дети показывают сначала на левый, потом на правый глаз.
Это ушки. Вот. Вот.	Берутся сначала за левое ухо, потом — за правое.
Это нос. Это рот.	Левой рукой показывают на нос, правой — на рот.
Там спинка. Тут живот.	Левую ладонь кладут на спину, правую — на живот.
Это ручки. Хлоп, хлоп.	Протягивают вперед обе руки, два раза хлопают.
Это ножки. Топ, топ.	Кладут ладони на бедра, два раза топают ногами.
Ой, устали. Вытрем лоб	Правой ладонью проводят по лбу. Н. Нищева

№ 55 УМЫВАЛОЧКА

Мы намылим наши ручки,	Круговыми движениями трут одну ладонь о другую.
Раз, два, три. Раз, два, три	Два раза выполняют по три ритмичных хлопка.
А над ручками, как тучки,	Выбрасывают руки вверх.
Пузыри, пузыри	Четыре ритмичных прыжка, руки на поясе. Н. Нищева

Посуда.

№ 56 ПОСУДА

Вот большой стеклянный чайник. Очень важный, как начальник. Вот фарфоровые чашки, Очень крупные, бедняжки. Вот фарфоровые блюдца, Только стукни — разобьются. Вот серебряные ложки, Голова на тонкой ножке. Вот пластмассовый поднос. Он посуду нам принес.	Дети надули животик, одну руку поставили на пояс, другую изогнули. Присели, одну руку поставили на пояс. Кружатся, «рисую» руками круг. Потянулись, сомкнули руки над головой. Легли, вытянулись. . Н. Нищева
--	---

№ 57 ЧАЙНИК

Я — чайник, ворчун, хлопотун, сумасброд, Я вам напоказ выставляю живот. Я чай кипячу, клопочу и кричу: «Эй, люди, я с вами попить чай хочу».	Дети стоят, изогнув одну руку, как носик чайника, другую держат на поясе. Животик надут. Топают обеими ногами. Делают призывные движения правой рукой.
---	--

Мебель.

№ 58 КРОВАТКА

Вот Кирюшкина кровать , Чтобы спал Кирюшка сладко, Чтоб во сне он подрастал, Чтоб большим скорее стал.	Разводят руки в стороны. Приседают, кладут ладони под щечку. Медленно поднимаются. Встают на носочки, тянутся руками вверх. Н. Нищева
---	---

Транспорт.

№ 59 МАШИНЫ

На улице нашей Машины, машины. Машины-малютки, Машины большие. Спешат грузовые, Фырчат легковые. Торопятся, мчатся, Как будто живые. — Эй, машины, полный ход! Я — примерный пешеход: Торопиться не люблю, Вам дорогу уступлю.	Дети двигаются из одного конца группы в другой, держа в руках воображаемый руль. Делают разворот, двигаются в противоположную сторону. Маршируют Я. Тайц
---	--

№ 60 «Репка»

Вот мы репку посадили И водой её полили А теперь её потянем И из репы кашу сварим И будем от репки здоровые и крепкие	Наклониться имит движения имит движения имит движения показать силу
---	---

№61 Кузнечики

Поднимайте плечики, Прыгайте кузнечики. Прыг-скок, прыг-скок. Стоп! Сели. Травушку покушали. Тишину послушали. Выше, выше, высоко Прыгай на носках легко	(Энергичные движения плечами). (Приседания)
---	--

№62 Три медведя

Три медведя шли домой: Папа был большой-большой. Мама с ним – поменьше ростом, А сыночек просто крошка, Очень маленький он был, С погремушками ходил.	(дети идут как медведь) (поднимают руки вверх) (руки на уровне груди, вытянуты вперёд) (сажаются на корточки) (встают и имитируют игру на погремушках, поднимают руки вверх и произносят слова: динь-динь-динь)
--	--

№63 Маша растеряша

Ищет вещи Маша, Маша растеряша И на стуле нет, И под стулом нет, На кровати нет, Под кроватью нет. Вот такая Маша, Маша растеряша!	(поворот в одну сторону) (поворот в другую сторону, в исходное положение) (руки вперёд, в стороны) (присесть, развести руки в стороны) (руки опустили) (наклоны головы влево-вправо, «погрозить» указательным пальцем)
---	---

№64 «Зимний вечер»

Вечер зимний в небе синем Звезды синие зажег Ветви сыплют синий иней На приснеженный снежок	встать из-за стола встать на носки, потянуться потряхивая руками, потихоньку сесть
--	--

№65 «Птички в гнёздышке сидят»

Птички в гнёздышке сидят И на улицу глядят. Погулять они хотят И тихонько все летят.	(присесть) (подняться на носочки) (помахать руками)
---	---

№66 «Ветер»

Ветер дует нам в лицо. Закачалось деревцо. Ветер тише, ветер тише. Деревце растёт всё выше.	Дети машут руками к лицу. Машут кистями рук слева направо. Присесть, руки вниз. Встают, поднимают руки, машут кистями рук.
--	--

Группа «Львенок»