

***КАРТОТЕКА***

***ФИЗМИНУТОК***

***ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ***

Подготовила Гусейнова А.И.

Содержание.

Значение, формы проведения .....	2
Требования к проведению .....	3
Физкультминутки	
Средняя группа .....	4-7
Старшая группа .....	8-10
Подготовительная к школе группа .....	11-15
Список литературы .....	16

Становясь старше, дети все больше времени проводят на занятиях. Воспитателям важно помнить, что скука, утомительное однообразие, ограничение физической активности, невозможность заняться тем, чем хочется пусть в течение десяти-пятнадцати минут не принесут детям пользы, а наоборот вызовут утомление, безразличие к происходящему.

Поэтому не следует пренебрегать при проведении занятий физкультминутками.

**ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ** – это кратковременные упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности (возбуждают участки коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали).

**ЗНАЧЕНИЕ:** помогают отдохнуть, развлечься, снять напряжение, получить ощущение физической разрядки, улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, создают положительные эмоции и повышают интерес к занятиям.

**ДЛИТЕЛЬНОСТЬ** физкультминуток -1.5-2 минуты; рекомендуется проводить, начиная со средней группы.

Формы проведения физкультминуток бывают следующих видов:

- 1) Общеразвивающие упражнения- подбираются по тем же признакам, что и для утренней гимнастики. Используется 3-4 упражнения для разных групп мышц, закончить физкультминутку можно прыжками, бегом на месте или ходьбой;
- 2) В форме подвижной игры- подбираются игры средней подвижности, не требующие большого пространства, с несложными. Хорошо знакомыми детям правилами;
- 3) В форме дидактической игры с движениями- хорошо вписываются в занятия по ознакомлению с природой. По звуковой ( фонетической) культуре речи, по математике;
- 4) В форме танцевальных движений- используются между структурными частями занятия под звукозапись, пение воспитателя или самих детей. Больше всего подходят мелодии умеренного ритма. Негромкие, иногда плавные; -
- 5) В форме выполнения движений под текст стихотворения - при подборе стихотворений обращается внимание на следующее:  
-текст стихотворения должен быть высокохудожественным, используются стихи известных авторов, потешки, загадки, считалки;

- преимущество отдается стихам с четким ритмом;
- содержание текста стихотворения должно сочетаться с темой занятия, его программой и задачей;

б) В форме любого двигательного действия и задания

- отгадывание загадок не словами, а движениями;
- использование различных имитационных движений: спортсменов( лыжник, конькобежец, боксер, гимнаст), отдельных трудовых действий ( рубим дрова, заводим мотор, едем на машине).

#### ТРЕБОВАНИЕ К ПРОВЕДЕНИЮ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК:

- 1) Проводятся на начальном этапе утомления (8-13-15-я минута занятия в зависимости от возраста, вида деятельности, сложности учебного материала);
- 2) Упражнения должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям;
- 3) Упражнения должны быть удобны для выполнения по ограниченной площади;
- 4) Упражнения должны включать движения, воздействующие на крупные группы мышц, улучшающие функциональную деятельность всех органов и систем;
- 5) Содержание физкультминуток должно органически сочетаться с программным содержанием занятия;
- 6) Комплексы физкультминуток подбираются от вида занятия, их содержания;
- 7) Комплекс физкультминутки обычно состоит из 2-4 упражнений: для рук и плечевого пояса, для туловища и ног.

## Средняя группа

(движения подбираются воспитателем в соответствии со стихами).

Сентябрь	
<p style="text-align: center;"><b>1-2 неделя № 1</b></p> <p><u>Хомячок</u>  Хомка-хомка. Хомячок  Полосатенький бочок  Вместе с солнышком встает,  Щечки моет, шейку трет.  Подметает хомка хатку  И выходит на зарядку.  Раз, два, три, четыре, пять!  Хомка хочет сильным стать.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №2.</b></p> <p>На носочки встали  Потолок достали.  Наклонились столько раз, сколько уточек у нас.  Сколько покажу кружков.  Столкьо выполни прыжков.</p>
Октябрь	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №3.</b></p> <p>На болоте две подружки,  Две зеленые лягушки,  Утром рано умывались,  Полотенцем растирались.  Ножками топали,  Ручками хлопали,  Вправо, влево наклонялись  И обратно возвращались  Вот здоровья в чем секрет.  Всем друзья физкультпривет!</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №4.</b></p> <p><b>Поднимайте плечики,</b>  Прыгайте кузнечики.  Прыг-скок, прыг-скок.  (Энергичные движения плечами).  Стоп! Сели.  Травушку покушали.  Тишину послушали.  (Приседания)  Выше, выше, высоко  Прыгай на носках легко!</p>
Ноябрь	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №5.</b></p> <p><b>Ветер веет над полями</b>  Ветер веет над полями,  И качается трава. <i>(Дети плавно качают руками над головой.)</i>  Облако плывет над нами,  Словно белая гора. <i>(Потягивания — руки вверх.)</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №6.</b></p> <p><b>Мы ладонь к глазам приставим</b>  Мы ладонь к глазам приставим,  Ноги крепкие расставим.  Поворачиваясь вправо,  Оглядимся величаво.  И налево надо тоже</p>

<p>Ветер пыль над полем носит.  Наклоняются колосья —  Вправо-влево, взад-вперёд,  А потом наоборот. <i>(Наклоны вправо-влево, вперёд-назад.)</i>  Мы взбираемся на холм, <i>(Ходьба на месте.)</i>  Там немного отдохнём. <i>(Дети садятся.)</i></p>	<p>Поглядеть из под ладошек.  И – направо!  И еще через левое плечо!  Текст стихотворения сопровождается движениями взрослого и ребенка.</p>
<b>Декабрь</b>	
<p style="text-align: right;"><b>1 – 2 неделя. №7.</b></p> <p><b>Три медведя</b>  Три медведя шли домой:  (дети идут как медведь)  Папа был большой-большой.  (поднимают руки вверх)  Мама с ним – поменьше ростом,  (руки на уровне груди, вытянуты вперёд)  А сыночек просто крошка,  (салятся на корточки)  Очень маленький он был,  С погремушками ходил.  (встают и имитируют игру на погремушках, поднимают руки вверх и произносят слова: динь-динь-динь)</p>	<p style="text-align: right;"><b>3 – 4 неделя. №8.</b></p> <p><b>Вверх рука и вниз рука</b>  Вверх рука и вниз рука.  Потянули их слегка.  Быстро поменяли руки!  Нам сегодня не до скуки.  <i>(Одна прямая рука вверх, другая вниз, рывком менять руки.)</i>  Приседание с хлопками:  Вниз - хлопок и вверх - хлопок.  Ноги, руки разминаем,  Точно знаем - будет прок.  <i>(Приседания, хлопки в ладоши над головой.)</i>  Крутим-вертим головой,  Разминаем шею. Стой!  <i>(Вращение головой вправо и влево.)</i></p>
<b>Январь</b>	
<p style="text-align: right;"><b>1 – 2 неделя. №9.</b></p> <p><b>Зайка</b>  Зайке холодно сидеть,  Нужно лапочки согреть.  Лапки вверх, лапки вниз.  На носочках подтянись,  Лапки ставим на бочок,  На носочках скок-скок-скок.  А затем вприсядку,  Чтоб не мёрзли лапки.  Прыгать зайка горазд,</p>	<p style="text-align: right;"><b>3– 4 неделя. №10.</b></p> <p><b>А сейчас мы с вами, дети</b>  А сейчас мы с вами, дети,  Улетаем на ракете.  На носки поднимись,  А потом руки вниз..  Раз, два, три, четыре –  Вот летит ракета ввысь!</p>

<p>Он подпрыгнул десять раз. (Движения выполняются по ходу текста стихотворения)</p>	<p>(1—2 — стойка на носках, руки вверх, ладони образуют «купол ракеты»; 3—4 — основная стойка.)</p>
<b>Февраль</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №11.</b></p> <p><b>Все ребята дружно встали</b> Все ребята дружно встали И на месте зашагали. На носочках потянулись, А теперь назад прогнулись. <i>положить за голову.</i> Как пружинки мы присели И тихонько разом сели.</p> <p style="text-align: right;"><i>Выпрямится.</i> <i>Ходьба на месте.</i> <i>Руки поднять вверх.</i> <i>Прогнуться назад, руки</i> <i>Присесть.</i> <i>Выпрямится и сесть.</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №12.</b></p> <p style="text-align: center;"><b>А теперь на месте шаг</b></p> <p>А теперь на месте шаг. Выше ноги! Стой, раз, два! <i>(Ходьба на месте.)</i></p> <p>Плечи выше поднимаем, А потом их опускаем. <i>(Поднимать и опускать плечи.)</i> Руки перед грудью ставим И рывки мы выполняем. <i>(Руки перед грудью, рывки руками.)</i> Десять раз подпрыгнуть нужно, Скачем выше, скачем дружно! <i>(Прыжки на месте.)</i> Мы колени поднимаем - Шаг на месте выполняем. <i>(Ходьба на месте.)</i> От души мы потянулись, <i>(Потягивания — руки вверх и в стороны.)</i> И на место вновь вернулись. <i>(Дети садятся.)</i></p>
<b>Март</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №13.</b></p> <p><b>Лебеди</b> Лебеди летят, Крыльями машут. <i>(плавные движения руками с большой амплитудой)</i> Прогнулись над водой, Качают головой. <i>(наклоны вперед, прогнувшись)</i> Прямо и гордо умеют держаться, Тихо-тихо на воду садятся <i>(приседания)</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №14.</b></p> <p><b>Маша растеряша</b> Ищет вещи Маша, <i>(поворот в одну сторону)</i> Маша растеряша <i>(поворот в другую сторону, в исходное положение)</i> И на стуле нет, <i>(руки вперёд, в стороны)</i> И под стулом нет, <i>(присесть, развести руки в стороны)</i> На кровати нет, <i>(руки опустили)</i> Под кроватью нет.</p>

	<p>Вот такая Маша, (наклоны головы влево-вправо, «погрозить» указательным пальцем) Маша растеряша!</p>
<b>Апрель</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №15.</b></p> <p><b>На горе стоит лесок</b> круговые движения руками Он не низок не высок сесть, встать, руки вверх Удивительная птица подает нам голосок глаза и руки вверх, потянуться По тропинке два туриста Шли домой из далека ходьба на месте Говорят: "Такого свиста, мы не слышали пока" плечи поднять</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №16.</b></p> <p><u>Научились мы считать</u> И теперь нас не унять. Мы считаем все подряд: Три стола и двадцать парт, Хлопнем восемь раз в ладошки, Восемь раз пружинят ножки, Два наклона, два поскака... Мы готовы пол-урока изучать веселый счет. (Прыжки на месте)</p>
<b>Май</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №17</b></p> <p><b>Вновь у нас физкультминутка.</b> Вновь у нас физкультминутка, Наклонились, ну-ка, ну-ка! Распрямитесь, потянулись, А теперь назад прогнулись. Разминаем руки, плечи, Чтоб сидеть нам было легче, Чтоб писать, читать, считать И совсем не уставать. Голова устала тоже. Так давайте ей поможем! Вправо-влево, раз и два. Думай, думай, голова. Хоть зарядка коротка, Отдохнули мы слегка.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №18.</b></p> <p><b>Бабочка</b> Спал цветок и вдруг проснулся, <i>(Туловище вправо, влево.)</i> Больше спать не захотел, <i>(Туловище вперед, назад.)</i> Шевельнулся, потянулся, <i>(Руки вверх, потянуться.)</i> Взвился вверх и полетел. <i>(Руки вверх, вправо, влево.)</i> Солнце утром лишь проснется, Бабочка кружит и вьется. <i>(Покружиться.)</i></p>



## Старшая группа

Сентябрь	
<p style="text-align: center;"><b>1-2 неделя № 1</b></p> <p>Аист, аист, длинноногий, Покажи домой дорогу. Топай правой ногой, Топай левой ногой. Снова — правой ногой, Снова — левой ногой, После — правой ногой, После — левой ногой. Вот тогда придешь домой.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №2.</b></p> <p>Буратино потянулся, Раз — нагнулся, Два — нагнулся, Три — нагнулся. Руки в стороны развел, Ключик, видно, не нашел. Чтобы ключик нам достать, Нужно на носочки встать.</p>
Октябрь	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №3.</b></p> <p>Руки кверху поднимаем, А потом их опускаем, А потом к себе прижмем, А потом их разведем, А потом быстрей, быстрей, Хлопай, хлопай веселей.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №4.</b></p> <p>Я иду, и ты идешь — раз, два, три. <i>(шаг на месте)</i></p> <p>Я пою, и ты поешь — раз, два, три. <i>(стоя, дирижируем 2-мя руками)</i></p> <p>Мы идем и мы поем — раз, два, три. <i>(шаг на месте)</i></p> <p>Очень дружно мы живем — раз, два, три. <i>(хлопаем руками)</i></p>
Ноябрь	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №5.</b></p> <p>На балконе две подружки, Две зеленые лягушки, Утром рано умывались, Полотенцем растирались, Ножками топали, Ручками хлопали, Вправо, влево наклонялись</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №6.</b></p> <p>Поднимите плечики. Прыгайте, кузнечики! Прыг-скок, прыг-скок. Сели, травушку покушаем, Тишину послушаем. Тише, тише, высоко, Прыгай на носках легко.</p>
Декабрь	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №7.</b></p> <p>Мы к лесной лужайке вышли, Поднимая ноги выше, Через кустики и кочки,</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №8.</b></p> <p>Раз, два, три четыре – топаем ногами. Раз, два, три, четыре – хлопаем руками. Руки вытянуть пошире –</p>

<p>Через ветви и пенечки. Кто высоко так шагал, Не споткнулся, не упал.</p>	<p>Раз, два, три четыре! Наклониться – три, четыре, И на месте поскакать. На носок, потом на пятку Все мы делаем зарядку.</p>
<b>Январь</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №9.</b></p> <p>Зайцы скачут скок-скок-скок, Да на беленький снежок Приседают, слушают – не идет ли волк! Раз – согнуться, разогнуться, Два – нагнуться, потянуться, Три - в ладошки три хлопка, Головою три кивка.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3– 4 неделя. №10.</b></p> <p>Отдых наш – физкультминутка, Занимай свои места. Раз – присели, два – привстали, Руки кверху все подняли. Сели, встали, сели, встали, Ванькой – Встанькой словно стали, А потом пустились вскачь Будто мой упругий мяч.</p>
<b>Февраль</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №11.</b></p> <p>Мы ногами топ-топ! Мы руками хлоп-хлоп! Мы глазами миг-миг, Мы плечами чик-чик. Раз - сюда, два - туда, Повернись вокруг себя. Раз - присели, два - привстали. Руки кверху все подняли. Раз-два, раз-два, Заниматься нам пора.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №12.</b></p> <p>Мы топаем ногами, Мы хлопаем руками, Киваем головой. Мы руки поднимаем, Мы руки опускаем и кружимся потом</p>
<b>Март</b>	
<p style="text-align: center;"><b>1 – 2 неделя. №13.</b></p> <p>Раз – подняться, потянуться, Два – согнуться, разогнуться, Три – в ладоши три хлопка, Головою три кивка. На четыре – руки шире, Пять – руками помахать И на место тихо встать.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3 – 4 неделя. №14.</b></p> <p>Лебеди летят, крыльями машут, Летают над водой, качают головой. Прямо и гордо умеют держаться, Очень бесшумно на воду садятся. Сели, посидели, снова улетели.</p>

<b>Апрель</b>	
<b>1 – 2 неделя. №15.</b>	<b>3 – 4 неделя. №16.</b>
<p>Загудел паровоз и вагончики повез,  Чу – чу – чу, чу – чу – чу,  Далеко я укачу.  Вагончики цветные бегут, бегут, бегут,  А круглые колесики тук – тук,  Тук – тук, тук – тук.</p>	<p>Я прошу подняться вас – это «раз»,  Повернулась голова - это «два»,  Руки вбок, вперед смотри это «три».  На «четыре» – поскакать.  Две руки к плечам прижать - это «пять».  Всем ребятам тихо сесть - это «шесть».</p>
<b>Май</b>	
<b>1 – 2 неделя. №17</b>	<b>3 – 4 неделя. №18.</b>
<p>На зарядку солнышко поднимает нас.  Поднимаем руки мы по команде — раз!  А над нами весело шелестит листва.  Опускаем руки мы по команде — два!</p>	<p>Руки кверху поднимаем, а потом их опускаем,  А потом их разведем  И к себе скорей прижмем.  А потом быстрее, быстрее,  Хлопай, хлопай веселей!</p>

### Подготовительная к школе группа

Месяц	Название физкультминутки	
<b>Сентябрь 1-2 неделя</b>	<p><b>Школьникам на память</b>                      Если хочешь строить мост,                      Наблюдать движенье звёзд,                      Управлять машиной в поле                      Иль вести машину ввысь, -                      Хорошо работай в школе,                      Добросовестно учись!</p>	<p>(идут по кругу)                      (останавливаются и поднимают руки вверх)                      (берут в руки воображаемый руль, бегут по группе)                      (расставив руки в стороны «летают» по группе)                      (руки складывают, как школьники, сидящие за партой)</p>
<b>3-4 неделя</b>	<p><b>Переменка</b>                      Переменка, переменка!                      Отдохните хорошенько                      Можно бегать и шуметь,                      Танцевать и песни петь,                      Можно сесть и помолчать,                      Толь – чур! Нельзя – скучать!</p>	<p>(стоят в круга, хлопают в ладоши)                      (бегают по группе)                      (танцуют, как умеют)                      (приседают на корточки и затихают)                      (вскакивают и прыгают)</p>
<b>Октябрь 1-2 неделя</b>	<p>По городу трамваи, троллейбусы идут,                      Их по своим маршрутам водители ведут                      Спешись ли в гости к другу,                      Иль в школу на урок,                      Они без опоздания тебя доставят в срок</p>	<p>(«едут» по кругу)                      (делают повороты туловищем)                      («едут» по кругу)</p>
<b>3-4 неделя</b>	<p>Листья осенние тихо кружатся,                      Прямо нам под ноги листья ложатся                      И под ногами шуршат, шелестят                      Будто опять закружиться хотят</p>	<p>(плавно кружатся)                      (приседают)                      (водят руками по полу)                      (плавно кружатся)</p>
<b>Ноябрь 1-2 неделя</b>	<p>Солнце скрылось за домами,                      Покидаем детский сад.                      Я рассказываю маме                      Про себя и про ребят:                      Как мы хором песни пели,                      Как играли в чехарду,                      Что мы пили, что мы ели,                      Что читали в детсаду.</p>	<p>(«солнышко» над головой)                      (шаги на месте)                      (показывают на себя, а потом на воображаемую маму)                      (показывают на себя, а потом на других ребят)                      (далее движения по тексту)</p>
<b>3-4 неделя</b>	<p>Здравствуй, радуга-дуга,                      Разноцветный мостик!                      Здравствуй, радуга-дуга!</p>	<p>(дети выполняют наклон)                      (широко разводят руки в стороны, «рисую» в воздухе дугу)                      (вновь выполняют наклон)</p>

	Принимай нас в гости. Мы по радуге бегом Пробежимся босиком. Через радугу-дугу Перепрыгнем на бегу И опять бегом, бегом Пробежимся босиком.	(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 носках) (бегут по кругу друг за другом, высоко поднимая колени)
<b>Декабрь</b> <b>1-2 неделя</b>	<b>Если был бы я девчонкой...</b> Если был бы я девчонкой, Я бы время не терял! Я б на улице не прыгал Я б рубашки постирал, Я бы вымыл в кухне пол, Я бы в комнате подмёл, Перемыл бы чашки, ложки, Сам начистил бы картошки, Все свои игрушки сам Я б расставил по местам! От чего ж я не девчонка? Я бы маме так помог! Мама, сразу бы сказала: - молодчина ты, сынок!	(идут по кругу)  (останавливаются и повторяют движения в соответствии с текстом)  (прыгают на месте)  (мальчики машут рукой) (ставят руки на пояс)  (вытягивают руки вперёд ладонями вверх)
<b>3-4 неделя</b>	<b>Чайник</b> Я – чайник, Ворчун, хлопотун, сумасброд, Я вам напоказ выставляю живот. Я чай кипячу, клокочу и кричу: «Эй люди, я с вами почайпить хочу»	(дети стоят, изогнув одну руку, как носик чайника, другую держат на поясе) (животик надут) (топают обеими ногами) (делают призывные движения правой рукой)
<b>Январь</b> <b>1-2 неделя</b>	Наряжали звери ёлку Помогал зайчонок волку, Белочка и ёжик Потрудились тоже. К ёлочке несли корзины, В них грибочки и рябина, Яблочки на диво Будет ель красива	(изображая животных по выбору, идут по кругу) (делают движения, словно наряжают ёлку)  (идут по кругу с «корзинами» в руках) (достають «грибочки», «рябину», «яблочки» из «корзины» и показывают друг другу) (хлопают в ладоши и прыгают на месте)

<p><b>3-4 неделя</b></p>	<p><b>Снежинки</b>  Кружатся снежинки  В воздухе морозном.  Падают на землю  Кружевные звёзды.  Вот одна упала.  Ой, не тай, снежинка  Подожди немножко.</p>	<p>(кружатся на носочках)  (медленно приседают, руками показывают падение снежинок)  (встают, «ловят» снежинку на ладонь)  (бережно, прикрывают «снежинку» и сдувают её)</p>
<p><b>Февраль 1-2 неделя</b></p>	<p>Может он в футбол играть,  Может книжку мне читать,  Может суп мне разогреть,  Может мультик посмотреть.  Может поиграть он в шашки,  Может даже вымыть чашки,  Может прокатить меня  Вместо быстрого коня.  Может рыбу он ловить  Может кран на кухне починить.  Для меня всегда герой –  Самый лучший папа мой!</p>	<p>(«пинают» ногами мяч)  (складывают руки, как книжку)  (сжимают и разжимают пальцы)  (прыгают на месте)  (делают повороты туловищем)  (делают движения напоминающие мытьё посуды )  (скачут по кругу как лошадки)  («ловят рыбу»)  (хлопают в ладоши)  (маршируют по кругу)</p>
<p><b>3-4 неделя</b></p>	<p><b>Мамин праздник</b>  Вот подснежник на поляне,  Я его нашёл.  Отнесу подснежник маме,  Хоть и не расцвел.  И меня с цветком так нежно  Мама обняла,  Что раскрылся мой подснежник  От её тепла.</p>	<p>(идут по кругу)  (нагибаются «срывают цветок»)  (идут по кругу, в руке «цветок»)  (обнимают сами себя)  (разводят руки в стороны)</p>
<p><b>Март 1-2 неделя</b></p>	<p>Вышивают девочки,  Сидя на траве,  Вышивают девочки  Шёлком на канве.  - Это клюв! А это шпоры!  - А вот это гребешок!  Приутихли разговоры,</p>	<p>(«вышивают»)  (приседают)  («вышивают»)  (показывают клюв, шпоры, гребешок)  (пальчик прикладывают к губам)</p>

	За стежком бежит стежок.	(бегут друг за другом)
<b>3-4 неделя</b>	<b>Весна, весна красная</b> Весна, весна красная! Приди, весна, с радостью, С радостью, с радостью С великой милостью: С льном высоким, С корнем глубоким, С хлебами обильными.	(дети идут по кругу, взявшись за руки)  (поворачиваются и в противоположную сторону)  (останавливаются, поднимаются на носочки, тянут руки вверх, делают вдох) (опускают руки, приседают, делают выдох) (взявшись за руки, бегут по кругу).
<b>Апрель 1-2 неделя</b>	<u>Если нравится тебе</u> Воспитатель поет песню и показывает движения. Дети подпевают и повторяют движения. Если нравится тебе, то делай так (2 щелчка пальцами над головой). Если нравится тебе, то делай так (2 хлопка в ладоши). Если нравится тебе, то делай так (2 хлопка за коленками). Если нравится тебе, то делай так (2 притопа ногами). Если нравится тебе, то ты скажи: «Хорошо!». Если нравится тебе, то и другим ты покажи.	
<b>3-4 неделя</b>	<u>Научились мы считать</u> И теперь нас не унять. Мы считаем все подряд: Три стола и двадцать парт, Хлопнем восемь раз в ладошки, Восемь раз пружинят ножки, Два наклона, два поскака... Мы готовы пол-урока изучать веселый счет.	
<b>Май 1-2 неделя</b>	<b>Самолёт</b> Руки в стороны – в полёт Полетит наш самолёт. Сделал правый поворот, Сделал левый поворот, Крыльями покачал, Загудел и задрожал. Начинается полёт,	(дети поднимают прямые руки в стороны поворачиваются вокруг себя через правое плечо, подняв правую руку поворачиваются через левое плечо, подняв левую руку покачивают крыльями руками поднимаются на носки опускаются на всю ступню и гудят «у-у-у...») бегут по кругу, расставив руки в стороны

	Полетел наш самолёт, Вот закончился полёт, Приземлился самолёт.	замедляют бег опускаются на одно колено)
<b>3-4 неделя</b>	Раз, два, три, четыре, пять, Будем летом мы играть, Будем плавать и качаться, Будет прыгать и кататься, Будем бегать, загорать. И грибочки собирать.	(скачут по кругу)  («плывут») («прыгают») (бегают по группе)





