

«Музыкально-ритмические паузы для дошкольников в образовательной деятельности и режимных моментах»



Музыкально-ритмические паузы для дошкольников в образовательной деятельности и режимных моментах»

«Движение — это жизнь» — эти слова известны практически каждому человеку. Нас часто удивляет, сколько же у наших детей энергии! Недаром говорят, что внутри у них «вечный двигатель, вечный двигатель, вечный прыгатель».

Врачи утверждают: без движений ребёнок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней. Движение – это эффективнейшее лечебное средство.

Между тем, практически во всех серьезных исследованиях, посвященных анализу причин возникновения болезней цивилизации (сердца, зрения, психики, опорно-двигательной системы и т. д.), фактор вынужденного длительного статического напряжения (в нашем случае – сидение за столом) на занятиях в детском саду отнесен к базовым факторам риска в возникновении самой тяжелой соматической патологии нашего времени.

В современном образовании идея здоровьесбережения у детей дошкольных учреждений проходит красной нитью в национальном проекте «Образование», в Федеральных государственных образовательных стандартах.

В любом детском саду уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. В значительной мере этому содействуют музыкально-ритмические паузы и физминутки, которые достаточно широко применяются во время проведения малоподвижных занятий с детьми, так как являются наиболее интересной и эффективной формой активного отдыха.

Обратимся еще к одному положительному аспекту динамических пауз. Остроумное, веселое, удачно подобранное маленькое стихотворение детского поэта или произведение устного народного творчества, прочитанное и динамически обыгранное хором, способствует снижению нервно-психического напряжения на занятии, повышению эмоционально-положительного фона

учебной деятельности и совершенствованию коммуникативных навыков.

Музыкально-ритмические паузы могут проводиться в форме: подвижной и дидактической игры; психофизической, дыхательной, двигательной-речевой, физкультурно-спортивной и музыкально-танцевальные гимнастики; гимнастики для глаз, музыкально-ритмических пауз, флешмобов.

Таким образом, все виды двигательной активности детей на занятиях, а также на паузах между занятиями выполняют следующие функции:

1. Развлекательную – создают благоприятную атмосферу;
2. Релаксационную – снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями, перегрузками мышц, нервной системы, мозга;
3. Коммуникативную – объединяют детей в группы, способствуют их сотрудничеству, взаимодействию между собой;
4. Воспитательную – формируют моральные и нравственные качества
5. Обучающую – дают новые знания, умения, навыки, и закрепляют их
6. Развивающую – развивают речь, внимание, память, мышление и другие психологические процессы
7. Коррекционную – «исправляют» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка.
8. Профилактическую – предупреждают появление психологических заболеваний
9. Лечебную – способствуют выздоровлению.

Игровое содержание любой динамической паузы (физкультминутки, подвижной игры, музыкально-ритмических упражнений) как в детском саду, - должно соответствовать возрастным особенностям и интересам детей.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ
«Музыкально-ритмические паузы для
дошкольников в образовательной
деятельности и режимных моментах»



1.«Доброе утро».

Руки сомкнуты на груди, ноги - на ширине плеч.

Доброе утро! *(«открываем» руки
поочередно)*

Улыбнись скорее! *(поочередно убираем
руки на пояс)*

И тогда весь день *(«пружинка»)*

Станет веселее!

Мы погладим лобик, *(гладят лоб от середины к ушам)*

Носик *(массируют кончик носа)*

И щечки. *(Трут щёчки)*

Будем мы красивыми, *(выставляют плечи поочередно вперёд)*

Как в саду цветочки! *(поднимая руки вверх, выполнять «фонарики»)*



Разотрем ладошки *(движение по тексту)*

Сильнее,

сильнее!

А теперь

похлопаем

Смелее,

смелее!

Ушки мы теперь потрем *(Трут мочки ушей)*

И здоровье сбережём. *(Кладут попеременно руки на плечи крест накрест)*

Улыбнемся снова, *(разводят руки в стороны),*

Будьте все здоровы! *(Делают три хлопка: перед собой, выше и вверху над головой).*

2.«Здравствуйте!»

Ручки, ножки, просыпайтесь!

Здравствуйте! *(потянуться, шевеля пальчиками)*

Ласковые ручки наши

Здравствуйте! *(гладить ладошки)*

Пальчики сердитые,

Здравствуйте! *(стучат пальчиками)*

И ладошки, наши крошки,

Здравствуйте! *(хлопают в ладошки)*

Разбудите ножки,

Здравствуйте! *(шлёпают по ножкам)*

Наши бедра и коленки,

Здравствуйте! *(пощипывают ножки)*

Глазки, ушки, носик, ротик,

Здравствуйте! *(потирают пальчиками)*

И улыбки, и улыбки,

Здравствуйте! *(улыбаются)*

Все друг другу улыбнитесь,

Здравствуйте! *(кивают друг другу)*



3.Трямди-песенка

Дети стоят лицом друг к другу.

Маленькие пальчики: «Трям-трям-трям!» *(здороваются кончиками пальцев обеих рук)*

Барабанят пальчики: «Трям-трям-трям!»

А теперь ладошки: «Трям-трям-трям!» *(то же ладошками)*

Шлёпают ладошки: «Трям-трям-трям!»

Кулачками постучим: «Трям-трям-трям!» *(то же осторожно кулачками)*

По трям-трямски говорим: «Трям-трям-трям!»

Засопели носики: «Трям-трям-трям!» *(касаются друг друга носиками)*

Носики-насосики: «Трям-трям-трям!»

А теперь мы улыбнулись, *(«пружинка, улыбаются»)*

Прыгнули и повернулись. *(подпрыгнули и покружились)*

Мы в Трям-трямдии живём,

Трямди-песенки поем!

Трям-трям-трям!

(хлопают в ладоши)

4.«Будьте здоровы!»

Дети выполняют движения по тексту

Растираем мы
ладошки
Трем, трем,
трем,
А потом, конечно, их
мы Разомнем.
Будем поднимать ладошки
вверх и вниз,
И, конечно, ждет нас всех
Большой сюрприз.



Мы ладошки разотрем,

И здоровье сбережем.
Не страшны нам холода,
Коль здоровы мы
всегда.

Растираем наши ушки,
Трем, трем, трем
А потом покрепче ушки
Мы прижмем.
Будем дергать посильнее
Вверх и вниз,
И, конечно, ждет нас всех
Большой сюрприз

Если ушки мы потрем,

То здоровье сбережем,

Не страшны нам холода,
Коль здоровы мы всегда.
Будьте здоровы!

ТЕМА «ОСЕНЬ»

5. «Желтые листочки»

Желтые листочки качаются, висят, *(дети качают листочками)*

Желтые листочки деткам говорят:

Ветерок к нам прилетал,

Ш-ш-ш! ш-ш-ш!

(дуют на листочки тихонько)

Тихо песню напевал:

Ш-ш-ш! Ш-ш-ш!

А потом как засвистел:

Ш-ш-ш! ш-ш-ш!

(сильно дуют на листочки)

А потом как загремел:

Ш-ш-ш! Ш-ш-ш!

Ветерка мы

испугались, Ш-

ш-ш! Ш-ш-ш!

Задрожали,

закачались, Ш-

ш-ш! Ш-ш-ш!



6. «Ветерок»

Ветерок, ветерок,

Ты подуй на листок. *(качают листочками)*

Мы головку поднимаем,

На листочек. *(листочек поднимают, дуют на него)*

Мы головку опускаем,

На листочек. *(листочек опускаем, дуем)*

Повернулись вправо, *(поворачиваются в право,*

дуют) Повернулись влево. *(поворачиваются в*

левую сторону, дуют) Он повсюду, он везде,

Ветерок наш смелый! *(кружатся, держа листочек перед собой)*

7. «Грибной дождик»

Дождевые капли, *(хлопают правой ладонью*

по левой) Прыгайте в ладошки! *(так же*

хлопают по правой ладони)

Дождевые капли, *(шлепают ладошками по ножкам от лодыжки вверх)*

Вымойте мне ножки!

Дождевые капли, *(стучат правой рукой по левому плечу)*

Бейте по спине! *(левой рукой стучат по правому плечу)*

Дождь грибной, но нужно *(тянутся обеими руками вверх, выпрямляя спинку)*
Подрасти и мне!

8.«Сапожки»

Вот они сапожки: *(поглаживают круговыми движениями*
Этот с левой ножки, *ладоней сначала левую ногу,*
Этот с правой ножки, *потом правую ногу)*
Если дождичек пойдет *(пробегают пальчиками по ногам)*
Наденем калошки:

Этот- с правой ножки, *(массируют правую голень,*
Этот- с левой ножки *затем левую*
голень)

Вот так хорошо. *(топают*
ножками)

Пойдем в сапожках
По мокрым дорожкам.

Оттого и
потолстел.



9.Ритмическая игра с массажем «Ежик и барабан».

С барабаном ходит ежик,
Бум-бум-бум! *(пальчиками имитируют игру на барабане)*
Целый день
играет ежик,
Бум-бум-бум!
С барабаном за плечами, *(шлепают ладошками по плечам)*
Бум-бум-бум!
Ежик в сад забрел случайно, *(шлепают ладошками по коленям)*
Бум-бум-бум!
Очень яблоки любил он, *(поглаживают живот по часовой стрелке)*
Бум-бум-бум!
Барабан в саду забыл он, *(указательными пальчиками «играют на*
барабане»)
Бум-бум-бум!

10.Музыкально- речевая игра «Веселый дождик»

Дети берут инструменты *(колокольчик, палочки и др.)* и ритмично отмечают ритмическую пульсацию.

Дождик капнул на ладошку - Кап-кап,



кап-кап-кап!

На цветок и на дорожку - Кап-кап, кап-кап-кап!

Застучал по крыше он - Кап-кап, кап-кап-кап!

И раздался чистый звон - Кап-кап, кап-кап-кап!

11.Динамическое упражнение с имитационными движениями «Осенняя разминка»

На осеннюю полянку *(прыгают)*
Зайки прискакали
Высоко-высоко
Зайки прыгать стали.

На осеннюю полянку *(идут, как лисички)*
Подошла лисичка.
Покружилась на носочках *(кружатся)*
Рыжая сестричка.

На осеннюю полянку *(легко бегают, машут «крылышками»)*
Птички прилетали.
Птички прилетали,
Крыльями махали.

На осеннюю полянку *(хлопают в ладошки)*
Детки прибежали
Детки прибежали
Громко хлопать
стали.

На осеннюю полянку
Вышел бурый мишка, *(идут вразвалочку)*
Стал ногами топотать

Мишка-шалунишка. (топают ножками



12.Музыкально- ритмическое упражнение «ЕЖИК»

Дети встают в круг, взявшись за руки. Ежик сидит в центре круга.

Жил в лесу колючий ежик, да, да, да. (идут по кругу)

Был клубочком и без ножек, да, да, да.

Не умел он хлопать - (качают головой)

Хлоп-хлоп-хлоп. (хлопки)

Не умел он топтать- (качают
головой)

топ-топ-топ. (притопы)

Не умел он прыгать (качают
головой)

Прыг- прыг-прыг. (прыжки на
двух ногах)

Только носом шмыгал- (качают
головой)

Шмыг-шмыг-шмыг. (показать пальчиком нос)

В лес ребята приходили, да, да, да. (те же движения)

И ежа плясать учили, да, да, да.

Научили хлопать - хлоп, хлоп

,хлоп. Научили топтать - топ,

топ, топ.

Научили прыгать - прыг, прыг, прыг

А он их.. носом шмыгать, шмыг, шмыг, шмыг.



13.Ритмическая игра со звучащими жестами «Ветер и листья»

Осень листья золотит, (имитация движения - «рисует кистью»)

Ветер ими шелестит.

Шу-шу-шу, шу-шу-шу (потереть ладошку о ладошку)

Он повсюду их разносит, (руки вытянуть перед собой)

Поиграет, снова бросит (развести в стороны, соединить, встряхнуть)

Тшш- тшш, тшш-тшш (потереть ладошки)

Вверх поднимет, закружит

И на месте завертит. (поднять руки и покружиться)

Шур-шур-шур, шур-шур-шур, (потереть
ладошки)

Соберет в большую кучу (руками
нарисовать кучу)

Убежит и сядет в тучу (слегка
присесть)

Тшш- тшш, тшш-тшш. (приложить палец к губам)

14. Помидор

Речевая игра с музыкальным сопровождением из к/ф «Розовая пантера»

Звучит вступление музыки, щёлкать пальцами в ритм музыки

Толстопузый помидор, округлить руки перед собой, показывая толстый живот

Перелез через забор поднимать руки лесенкой вверх

Как большой воздушный шар округлить руки над головой

Покатился на базар крутить руками перед собой

Оббежал за рядом ряд бегать пальцами по противоположной руке, то по правой, то по левой

На ходу надел халат провести правой рукой по левой, потом левой рукой по правой

Подал тонкий голосок: «Продаю томатный сок»! сделать рупор руками возле губ

Сок, сок, сок выставлять по очереди большие пальцы

Игру продолжать до завершения музыки



15.«Осенняя сказка»

Дети выбирают музыкальные инструменты, вступают в игру в соответствии с текстом по указанию музыкального руководителя или ребёнка-дирижёра.

Тихо бродит по дорожке
Осень в золотой одежке. *(тихо бьют ладошкой по барабану)*
Где листочком зашуршит, *(маракасы)*
Где дождевой зазвенит. *(колокольчики)*

Раздаётся громкий стук: *(деревянные палочки, кубики)*
Это дятел - тук да тук!
Дятел делает дупло –
Белке будет там тепло.

Ветерок вдруг налетел, *(«шуршалки»)*
По деревьям зашумел,
Громче завывает, *(тремоло бубнов)*
Тучки собирает.

Дождик – динь, дождик – дон! *(колокольчики, металлофоны)*
Капель бойкий перезвон.
Всё звенит, стучит, поёт – *(все инструменты)*
Осень яркая идёт!

16.«Стёпка-растрёпка»

Первый куплет проговаривается медленно и тихо, каждое повторение идёт всё быстрее и громче.

Стёпка-растрёпка по лесу гулял, *(идут вразвалочку)*
Стёпка-растрёпка шишки собирал. *(собирают шишки)*
Солнце высоко-о-о! *(поднимают руки и тянутся вверх, на носочки)*
Стёпке не легко-о-о! *(«вытирают пот» со лба)*
На пенёк он сел, *(приседают на корточки)*
Песенку запел. *(хлопают в ладоши)*

ТЕМА «ЗИМА»

17.«Снеговик»

Раз - рука, два - рука, *(вытягивают вперед сначала одну руку, затем другую)*

Лепим мы снеговика. *(имитируют лепку снежков)*

Мы скатаем снежный ком – *(ладонями делают круговые движения по бедрам)*

Вот такой. *(разводят руки в стороны, показывая большой ком)*

А потом поменьше ком - *(растирают ладонями грудь)*

Вот такой. *(показывают руками величину кома поменьше)*

А наверх поставим мы - *(поглаживают ладонями щеки)*

Маленький комочек. *(соединяют пальцы рук вместе, держа ладони нарасстоянии)*

Вот и вышел снеговик - *(ставят руки на пояс и делают повороты корпуса)*

Снеговичок!

Снег, ведро и морковка,

Да ушень, да сноровка -

И готов снеговичок.

Очень милый толстячок!



18.«В лес за елкой».

Топ-топ, топ-топ. *(дети бодро шагают за воспитателем)*

По дорожке мы идем.

Топ-топ, топ топ.

В лесу елочку найдем.

А Дедушка Мороз *(останавливаются, поглаживают пальчиками носики)*

Морозит деткам нос.

Топ-топ, топ-топ. *(идут бодрым шагом)*

По дорожке мы идем.

Топ-топ, топ-топ.

В лесу елочку найдем.

А Мороз в лесочке *(останавливаются, пощипывают щёчки)*

Щиплет деткам щечки.

Топ-топ, топ-топ. *(продолжают идти по кругу)*

По дорожке мы идем.

Топ-топ, топ-топ.

В лесу елочку найдем.

А Мороз неслышно *(растирают ладошками ушки)*

Дует детям в ушки.

Мы Мороза не пугаемся:

Мы зарядкой занимаемся!

19. Физкультминутка с элементами массажа и дыхательной гимнастики

«Зайка»

На лесной опушке *(дети показывают руками «ушки зайчика»)*

Зайка стоит.

Длинными ушами *(шевелиют руками)*

Зайка шевелит.

Покачал он головой: *(качают головой)*

«Как замерз я! Ой-ой-ой!»

Влево-вправо, влево-вправо. *(повороты туловища)*

Наш зайчонок поглядел,

Наклонился, распрямился. *(по тексту)*

И на корточках

он сел..

Зайке холодно

сидеть,

Надо лапочки

погреть,

Лапками похлопать,

(хлопают в

ладошки)

Лапками пошлепать,

(шлепают по

коленям)

Потереть ладошки

(трет ладошки)

И подуть немножко.

(дуют на раскрытые ладошки)

Чтоб согреться поскорей,

(прыгают)

Нужно прыгать

веселей! Прыг-

скок, прыг-

скок!

Выше прыгай, мой дружок!



20. «Новый год»

Наступает Новый год!

(хлопаем в ладоши)

Дети водят хоровод.

(кисти в «замок»)

Висят на елке шарики,

(поочередно соединяем пальцы, образуя шар)

Светятся фонарики.

(«фонарики»)

Вот сверкают льдинки,
кулаки)

(сжимать и резко разжимать поочередно

Кружатся снежинки.

(легко и

плавно двигать кистями) В гости дед Мороз

идет, *(пальцы шагают по коленям)* Всем

подарки он несет.

(трет

ладошки)

Чтоб подарки посчитать, *(хлопаем по коленям)*

Будем пальцы загибать:

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Носик- трет- трет- трет,
Ушки- мнет- мнет- мнет,
Прыгай выше, заяка
Зайка - попрыгай-ка.

(по очереди массируем каждый палец)

(поглаживают крылья носа)

(пощипывают ушки)

(легкие прыжки)

21.«Снежинка»

Дети держат палочку в одной руке так, чтобы снежинка лежала на ладошке другой руки.

Большая снежинка
ладошке)

(держат снежинку на

Лежит на
ладошке.

На эту
снежинку

Подуем

немножко.

Подули тихонько –

(дуют потихоньку,

чтобы снежинка не слетала с ладошки)

Снежинка лежит,

Подули сильнее –

(дуют сильно, чтобы

снежинка слетала с ладошки)

Снежинка летит.



22.Игровой массаж «Зима»

Пришла зима,

(трем ладошки)

Принесла мороз.

(пальцами массируем плечи, предплечья)

Пришла зима,

(трем ладошка о ладошку)

Замерзает нос.

(ладошкой

массируем кончик носа) Снег, (плавные

движения ладонями)

Сугробы,

(кулаки стучат по коленям попеременно)

Гололед.

(ладони потирают колени)

Все на улицу – вперед!

Теплые штаны наденем,

(ладонями проводим по ногам)

Шапку, шубу, валенки.

(ладонями проводим по голове, рукам,

топаем ногами)

Руки в варежках согреем *(поглаживаем ладошки)*

И завяжем шарфики. *(поглаживают*

ладонями шею)

Зимний месяц называй!

(ладони

стучат по коленям)

Декабрь, Январь, Февраль. (сжимают и разжимают кулачки)

23.Музыкально-ритмические движения «Зимняя дорожка».

Снега намели метели, ножки ходят
еле-еле, Чтоб быстрее шли ножки,
сделаем дорожку.

Дети идут топающим шагом под русскую народную мелодию «Ах вы, сени».

По сугробам мы шагаем, (дети идут высоким шагом)

Выше ножки поднимаем.

По дорожке гладкой (дети бегут прямым галопом)

Едем на лошадке.

Вы устали? Отдохнем (дети идут спокойным шагом)

И спокойно все пойдем. (под музыку Т. Ломовой «На прогулке»)

По дорожке

шли, шли И

снежки нашли.

Надо с ними

поплясать, Надо с

ними поиграть!

24. «Ты, мороз!»

Ты, мороз, мороз, мороз,

(стоят в кругу, грозят пальцем)

Не показывай свой нос!

(показывают указательными

пальчиками нос)

Уходи скорей домой,

(ладошками «отгоняют» мороз)

Стужу уноси с собой!

(кружатся вокруг

себя топающим шагом) А мы саночки возьмем

(бегут друг за

другом, потирая ладошки) И на улицу пойдем.

Сядем в саночки-самокаточки! (останавливаются)

С горки

(поднимают руки вверх)

Упали!

(резко приседают, опуская руки)

От мороза убежали!

(делают прыжок назад)



ТЕМА «ВЕСНА»

25. «Котята»

Маленькие ребята, *(лежат на ковре, сложившись клубочком)*
Словно котята.
Клубочком лежат, *(сопят носиками)*
Носиком сопят.
Чтобы спинка была гибкой, *(ложатся на животик)*
Чтобы ножки были прытки, *(приподнимают тело на ручках)*
Делают котятки *(болтают согнутыми в коленях ногами)* Для спины зарядку.
Рассердятся котята - *(попеременно выгибают)* Выгнут спинки ребята. *и прогибают спину)* Котята улыбаются -
Спинки прогибаются.
Вот котята встали, *(встают и поднимают руки вверх)* До солнышка достали. *(тянут руки вверх)*
Похлопали в ладошки, *(хлопают в ладоши)*
Мяукнули немножко! *(мяукают)*



26. «Ворона»

Воспитатель ставит на подставку иллюстрацию, на которой изображена ворона на заборе с теплым шарфом на шее.
Сидела на заборе Веселая ворона
И на весь двор кричала:
«Кар-кар-кар!» *(дети громко кричат: «Кар-кар-кар!»)* Весь день она кричала,
И голос потеряла, И молча повторяла:
«Кар-кар-кар!» *(дети открывают рот беззвучно произнося: «Кар!»)* Все
кошки и собаки
Над ней смеяться стали И громко хохотали:
«Ха-ха-ха!» *(громко хохочут, произнося: «Ха-ха-ха!»)*
Обиделась ворона, Захлопала глазами И зарыдала громко:
«А-а-а!» *(имитируют плач со всхлипываниями)*
А бабушка Матрена Увидела ворону,
Певицу успокоила *(глядят ладошку левой руки ладошкой правой руки)*
И зернышек дала. *(вытягивают ручки вперед, ладошки чашечкой)*

27..«Медведь».

Дети и воспитатель находятся на ковре, звучит приятная музыка, воспитатель показывает движения, дети повторяют.

Без нужды и без тревоги (лежат на ковре, свернувшись калачиком) Спал медведь в своей берлоге.

Спал всю зиму до весны

И, наверно, видел сны.

Вдруг проснулся косолапый, (салятся по-турецки, ладошку приставляют к правому уху)

Слышит: каплет! –

Вот беда! Вот беда! (приставляют ладошку к левому уху)

В темноте пошарил лапой (шлепают ладошками по телу)

И вскочил – кругом вода! (встают, руки в стороны)

Заспешил медведь наружу: (шагают на месте, руки на поясе)

Заливает – не до сна!

Вылез он и видит: (поворачиваются вправо, влево)

Лужи, тает снег...

Пришла весна! (прыгают и хлопают в ладошки)



28.«Гусенок Тимошка»

Гусенок Тимошка пошел погулять. (шлепают ладошками по коленям) Зеленой и сочной травы пощипать. (щиплют пальцами мочки ушей)

Гусенок: «Га-га!» (показывают пальцами «клювики»)

Веселый всегда, (хлопают)

Он травку пошел пощипать. (щиплют пальцами мочки ушей)

Гусенок Тимошка пошел на лужок, (шлепают ладошками по животу)

Увидел красивый и вкусный цветок.

(гладят шею сверху вниз)

Гусенок: «Га-га!» (показывают пальцами «клювики»)

Веселый всегда, (хлопают)

Уж очень был вкусный цветок! (делают круговые движения по животу)

Гусёнок Тимошка на речку пошёл, (шлёпают ладошками по груди)

В высокой осоке лягушку нашёл. (щиплют щечки)

Гусёнок: «Га-га!» («клювики»)

Лягушка: «Ква-ква!» (качают ладонями с растопыренными пальцами)



29. «На птичьем дворе»

(Под русскую народную мелодию «Как у наших у ворот»).

Наши уточки с утра – *(дети идут за воспитателем вразвалочку)*

Кря-кря-кря! Кря-кря-кря!

Вот как уточки с утра – *(кружатся тем же шагом)*

Кря-кря-кря! Кря-кря-кря!

Наши гуси у пруда – *(делают наклоны вперёд, вытягивая шею)*

Га-га-га! Га-га-га!

Вот как гуси у пруда – *(выставляют поочередно «лапки» на пятки)*

Га-га-га! Га-га-га!

Наши курочки в окно – *(идут топающим шагом, шлёпая себя ладошками - «крылышками» по бёдрам)*

Ко-ко-ко! Ко-ко-ко!

Вот как курочки в окно – *(выполняют «пружинку»)*

Ко-ко-ко! Ко-ко-ко!

А как Петя-петушок *(идут высоким шагом, взмахивая «крыльями»)*

Рано поутру встает,

«Ку-ка-ре-ку!» нам споет, *(останавливаются, топают правой ножкой)*

«Ку-ка-ре-ку!» нам споет. *(топают левой ножкой)*



30. «Матрёшки»

Хлопают в ладошки

Дружные матрешки.

На ногах сапожки,

Топают матрешки. *Вперед на пятку, руки на пояс, затем в И.П.*

Влево, вправо наклонись,

Всем знакомым поклонись. *Наклоны вправо – влево.*

Девчонки озорные,

Матрешки расписные. *Наклоны головы вперед с поворотом туловища*

Наклоны головы вправо-влево.

Наклон назад, руки в стороны, откинуться на спинку стула.

В сарафанах наших пестрых

Вы похожи словно сестры.

Ладушки, ладушки,

Веселые матрешки.

Повороты туловища направо-налево, руки к плечам, повторить повороты туловища еще раз

Хлопок в ладоши перед собой,

Повторить хлопки еще раз.

Правую ногу вперед на пятку, левую ногу

Наклоны вправо – влево.

Наклон головы вперед с поворотом туловища

Наклоны головы вправо-влево.

Наклон назад, руки в стороны, откинуться на

спинку стула.

Повороты туловища направо-налево, руки к плечам, повторить повороты туловища еще раз

Хлопок в ладоши перед собой.

Хлопок по парте, повторить еще раз.

31.Речевая игра с движениями «Шалтай-Болтай»

Шалтай-Болтай сидел на стене, *(идут по кругу, взявшись за руки)*
Шалтай-Болтай свалился во сне! *(поднимают руки вверх и резко опускаются*

на корточки)
Вся королевская конница, *(«скачут»)*
Вся королевская рать. *(маршируют)*
Не могут Шалтая, *(стучат кулачком о кулачок)*

Шалтая-

Болтая,

Болтая-

Шалтая

Собрать! *(разбегают в разные стороны, Шалтай-Болтай их догоняет)*

ТЕМА «ЛЕТО»

32.«Цветочек»

На полянке между кочек *(дети сидят на корточках, сжавшись в комочек)*
От травы зелёной, *(медленно поднимают голову)*

Потянулся вверх
цветочек.

Хрупкий,
несмышлёный.

Он от ветра задрожал *(«дрожат»)*
И листочки вверх поднял *(выпрямляются, поднимают вверх руки)*

Вот росой умылся, *(«умываются»)*

А потом... раскрылся! *(встают, руки в стороны)* Здравствуй, солнце ясное!
(хлопают в

ладоши) Здравствуй день погожий!

Я цветок! Такой прекрасный, *(глядят себя по голове)*
Добрый и хороший!



33.«Видишь, бабочка летает»

Видишь, бабочка летает, *(Машем руками-крылышками.)*

На лугу цветы считает. *(Считаем пальчиком.)*

— Раз, два, три, четыре, пять. *(Хлопки в ладоши.)*

Ох, считать не сосчитать! *(Прыжки на месте.)*

За день, за два и за месяц... *(Шагаем на месте.)*

Шесть, семь, восемь, девять, десять. *(Хлопки в ладоши.)*

Даже мудрая пчела *(Машем руками-крылышками.)*
Сосчитать бы не смогла! *(Считаем пальчиком.)*

34«Во дворе растёт подсолнух»

Во дворе растёт подсолнух,
Утром тянется он к солнцу. *(Дети встают на одну ногу и тянут руки вверх.)*
Рядом с ним второй, похожий,
К солнцу тянется он тоже. *(Дети встают на другую ногу и снова тянут руки вверх.)*
Вертим ручками по кругу.
Не задень случайно друга!
Несколько кругов вперёд,
А потом наоборот. *(Вращение прямых рук вперёд и назад.)*
Отдохнули мы чудесно,
И пора нам сесть на место. *(Дети садятся.)*



35.«Во дворе стоит сосна»

Во дворе стоит сосна,
К небу тянется она.
Тополь вырос рядом с ней,
Быть он хочет подлинней. *(Стоя на одной ноге, потягиваемся —руки вверх, потом то же, стоя на другой ноге.)*
Ветер сильный налетал,
Все деревья раскачал. *(Наклоны корпуса вперёд-назад.)*
Ветки гнутся взад-вперёд,
Ветер их качает, гнёт. *(Рывки руками перед грудью.)*
Будем вместе приседать -
Раз, два, три, четыре, пять. *(Приседания.)*
Мы размялись от души
И на место вновь спешим. *(Дети идут на места.)*

36. «Вот под елочкой»

Вот под елочкой зеленой *(Встали.)*
Скачут весело вороны: *(Прыгаем.)*
Кар-кар-кар! *(Громко.) (Хлопки над головой в ладоши.)*
Целый день они кричали, *(Повороты туловища влево-вправо.)*
Спать ребятам не давали: *(Наклоны туловища влево- вправо.)*
Кар-кар-кар! *(Громко.) (Хлопки над головой в ладоши.)*
Только к ночи умолкают *(Машут руками как крыльями.)*
И все вместе засыпают: *(Садятся на корточки, руки под щеку — засыпают.)*
Кар-кар-кар! *(Тихо.) (Хлопки над головой в ладоши.)*



37. Музыкально- ритмическое упражнение ФИЗКУЛЬТ-ПРИВЕТ!

На болоте две подружки —(ноги врозь, руки в стороны)

Две зеленые лягушки (сгибание и разгибание рук)

Утром рано умывались, (имитация движений умывания)

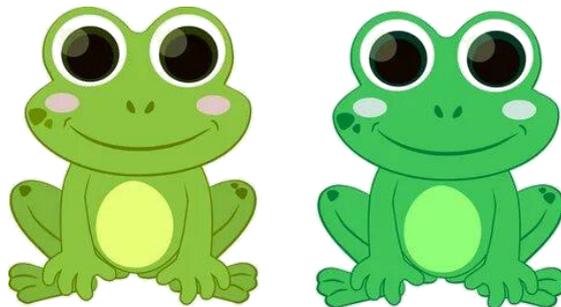
Полотенцем растирались, (растирания)
Ножками топали, (три притопа)

Ручками хлопали, (три хлопка)

Вправо-влево наклонялись (наклоны вправо и влево) И обратно возвращались.

Вот здоровья в чем секрет, (приветственно машут руками)

Всем друзьям физкульт - привет!



38. Физкультминутка «Медвежата» (муз. Т. Прокопенко, сл. О. Громовой).

Медвежата в чаще жили, (качают головой)

Головой своей крутили.

Вот так, вот так (круговые движения головой)

Головой своей крутили.

Медвежата мед искали, (наклоняются, выглядывают из под руки)

Дружно дерево качали.

Вот так, вот так (наклоны вправо-влево)

Дружно дерево качали.

Вперевалочку ходили (идут вперевалочку)

И из речки воду пили.

Вот так, вот так (наклоны туловища вперед)

И из речки воду пили.

А потом они плясали, (выставляют ножку на пятку)

Лапы выше поднимали. (ручки в стороны)

Вот так, вот так (кружатся вокруг себя)

Лапы выше поднимали.

Медвежата приседали, (выполняют «пружинку»)

Низко лапки опускали.

Вот так, вот так (кружатся вокруг себя)

Низко лапки опускали.

Поплясали и устали, (машут ручкой)

Дружно лапой

помахали. Вот

так, вот так

Дружно лапой помахали.

39. Музыкально-ритмические движения «Зарядка»

Вот мы встали все в кружок, *(дети стоят в кругу, руки на поясе)*
Здесь дружок и здесь дружок, *(повороты влево, вправо)*
Сильные ребята
Делают зарядку влево.
Тянем ручки высоко – *(поднимают руки вверх)*
Хлопаем в ладошки. *(хлопаютверху ладошками)*
Опускаем ручки вниз – *(наклоняются вперед)*
Шлепаем по ножкам. *(шлепаютручками по ногам)*

Мы пойдём
вприсядку.

Приседаем от души,
Молодцы, малыши!

Побежали по дорожке,
(другом)

Быстро замелькали
ножки. Детки

бегают по кругу,
Друг за другом, друг за другом.

Бодро зашагали *(шагают по кругу, останавливаются)*

И на месте встали,

Потянулись, *(потягиваются, улыбаются)*

Друг другу улыбнулись! *(хлопают в ладошки)*



40. «Песочный дом»

Вот песочница большая *(разводят руки в стороны)*

С крышею в горошек, *(руки «домиком» над головой)*

Из песка мы строим дом, *(стучат кулачком о кулачок)*

В доме пять окошек, *(показывают раскрытую ладошку*

– «пять») Первое – для зайчика, *(загибают на левой руке пальчики по очереди)* Второе – для совочка,

В третьем куколка стоит,

В четвёртом – два

грибочка. В пятом

кругленьком окошке

Уложили спать мы кошку, *(ладошки «спят»*

под щёчкой) Только кошке места мало, *(грозят*

указательным пальчиком) Прыг! И домик наш

сломала! *(шлепают ладошками по коленям)*

41. «Дружок»

Дети стоят парами по всему залу

У меня такие ручки! *(глядят свои ручки)* Посмотри!
Звонко хлопают в ладоши
(хлопают) Раз, два, три!
Твои ручки тоже *(глядят по ручкам друг друга)* На мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок, *(кружатся «лодочкой»)*
Покружись со мной разок.

У меня такие щечки! *(глядят свои щечки)* Посмотри!
Я пощиплю их немножко *(легко щиплют щечки)* Раз, два, три!
Твои щечки тоже *(растирают друг другу щечки)* На мои похожи.
Хорошо с тобой, дружок, *(кружатся)*
Покружись со мной разок.



У меня такие ушки!
(потираю т ушки) Посмотри!
Разотру их потихоньку Раз,
два, три
Твои ушки тоже *(теребят ушки друг у друга)*
На мои похожи.
Хорошо с тобой, дружок, *(кружатся)*
Покружись со мной разок.

У меня такие плечи. *(глядят себя по плечикам)*
Посмотри!
Я похлопаю по ним. *(хлопают себя по плечикам)*
Раз, два, три!
Твои плечи тоже *(шлепают по плечикам друг друга)* На мои похожи.
Хорошо с тобой, дружок, *(кружатся парами)* Покружись со мной разок!

42. «Веселый пирог»

Если стало вдруг кому-то, *(потирают кулачками глазки)*
Очень грустно почему-то,
И не знаешь – как же быть? *(пожимают плечами)*
Как его развеселить?
Мы возьмем стакан смешинок, *(имитируют приготовление пирога)*
Громкий хохот из корзинок,
Рассыпного смеха ложку
И хихиканья немножко.
Их веселкой размешай, *(круговые движения кулачками)*
В тонкий юмор раскатай, *(катают)*
Обваляй все в прибаутках,
Запекай в горячих шутках.
Кто попробует кусочек –
Неприменно захочет! *(весело смеются.)*

43. А часы идут, идут

Тик-так, тик-так,
В доме кто умеет так?
Это маятник в часах,
Отбивает каждый такт *(Наклоны влево-вправо.)*
А в часах сидит кукушка,
У неё своя избушка. *(Дети садятся в глубокий присед.)*
Прокукует птичка время,
Снова спрячется за дверью, *(Приседания.)*
Стрелки движутся по кругу.
Не касаются друг друга. *(Вращение туловищем вправо.)*
Повернёмся мы с тобой
Против стрелки часовой. *(Вращение туловищем влево.)*
А часы идут, идут, *(Ходьба на месте.)*
Иногда вдруг отстают. *(Замедление темпа ходьбы.)*
А бывает, что спешат,
Словно убежать хотят! *(Бег на месте.)*
Если их не заведут,
То они совсем встают. *(Дети останавливаются)*



44.«Волк»

Топ топ (топают ногами)

Хлоп, хлоп (Хлопают руками)

Шлёп, шлёп (По коленям)

Щёлк (щелчок)

На полянку вышел волк (изображение руками волка)

Мы на волка Топ топ топ (топают ногами)

Мы на волка Шлёп, шлёп шлёп (По коленям)

А он зубами Щёлк (щелчок)

Уходи скорее в лес (машут рукой в сторону)

Испугался волк, исчез Топ топ (топают ногами)

Хлоп, хлоп (Хлопают руками)

Шлёп, шлёп (По коленям)

Только слышно в тишине Щёлк (щелчок)

Лязгает зубами серый волк Щёлк (щелчок)



45.«В гости к бабушке»

Лады, лады, ладушки,

Хлопки тройные

Едем в гости к бабушке

Дети идут по кругу друг за другом,

дробным топающим шагом.

К нашей милой бабушке,

Бабушке Забавушке

Едут к ней ребятушки,

Милые внучатушки.

Вот идет петушок,

Шаги, высоко поднимая ноги,

Гордо поднял гребешок вниз

носок тянут

Корпус держать прямо, голову слегка поднять.

