

Физкультминутки для дошкольников по лексическим темам



Составитель:

Учитель - логопед Цыплакова С.Р.

Пояснительная записка

Физкультминутка – это веселые физические упражнения, направленные на снятие усталости. Но усталости чего? Что устало у детей именно сейчас? Какая физкультминутка принесет наибольшую пользу? Ответы на эти вопросы воспитатели обязательно должны знать прежде, чем предложить физкультминутку детям.

Различных физкультминуток бесчисленное множество. В наше время их можно найти и в большом количестве книг, представленных на полках книжных магазинов, и в интернете.

Но не забывайте, что выбор той самой эффективной, подходящей вашим детям именно сейчас физкультминутки зависит от того, каким видом деятельности вы в данное время занимаетесь с дошкольниками, ведь наверняка все воспитатели согласятся со мной, что от этого зависит, в каком виде отдыха, в каком виде физкультминутки малыши нуждаются больше всего!

Я надеюсь, что представленная картотека поможет моим коллегам, воспитателям ДООУ, применять их в работе с дошкольниками.

Физкультминутки с учетом комплексно-тематического принципа для дошкольников

День знаний. «Школа»

Все умеем мы считать,
Отдыхать умеем тоже –
Руки за спину положим,
Голову поднимем выше
И легко-легко подышим.
Подтянитесь на носочках
Столько раз?
Ровно столько, сколько пальцев
На руке у вас!
Раз, два, три, четыре, пять
Топаем ногами
Раз, два, три, четыре, пять
Хлопаем руками. *(слова дети сопровождают движениями)*

«Школа»

День стоял веселый –
Осень на дворе.
Мы шагали в школу *(движения по тексту)*
Утром в сентябре.
Прямо и направо,
А потом назад.
А потом обратно,
А потом кругом,
А потом вприпрыжку,
А потом бегом.

«Ах, как долго мы писали»

Ах, как долго мы писали,	
Глазки у ребят устали.	<i>(Поморгать глазами.)</i>
Посмотрите все в окно,	<i>(Посмотреть влево - вправо.)</i>
Ах, как солнце высоко.	<i>(Посмотреть вверх.)</i>
Мы глаза сейчас закроем,	<i>(Закрыть глаза ладошками.)</i>
В классе радугу построим,	
Вверх по радуге пойдем,	<i>(Посмотреть по дуге вверх вправо и вверх - влево.)</i>
Вправо, влево повернем,	

А потом скатимся вниз, (Посмотреть вниз.)
Жмурься сильно, но держись. (Зажмурить глаза, открыть и поморгать им.)

Правила и безопасность дорожного движения «Едем-едем мы домой»

Едем-едем мы домой (движения имитирующие поворот
руля)

На машине легковой
Въехали на горку: хлоп, (руки вверх, хлопок над головой)
Колесо спустилось: стоп. (руки через стороны вниз,
присесть)

«Машина»

Завели машину: ш-ш-ш. (вращение руками перед грудью)
Накачали шину: ш-ш-ш. (насос)
Улыбнулись веселей,
И поехали скорей (вращение воображаемого руля).

«Дети едут на машине»

Дети едут на машине, (ходьба в парах, держась за плечи впереди стоящего)
Смотрят на дорогу
Слева постовой стоит (повороты туловища влево-вправо)
Справа светофор горит.

Осень.

«Осень пришла».

Мы дорожки подметаем (имитация движений)
Листья в кучи собираем (Наклониться, имитировать движение)
Чтоб гуляя, малыши
Веселились от души! (подскоки на месте)
Ох, устали (обтереть пот со лба)
Отдохнем (присесть)
И домой скорей пойдем (шаги на месте)

«Осень»

По утрам морозы. (дети медленно встают на носочки и поднимают
руки вверх)
В рощах желтый листопад. (плавные движения над головой
влево-вправо)
Листья около березы (медленно приседают)
Золотым ковром лежат (делают плавные движения руками
перед собой влево-вправо).
В лужах лед прозрачно-синий. (встают, плавно разводят руки в
стороны)
На листочках белый иней (поднимаются на носочки, руки вверх)

«Дождик»

Дождик, дождик (стучим пальчиками поочередно)
Целый день барабанит в стекла.
Вся земля (сжимаем и разжимаем кулачки)
Вся земля
От воды размокла...

Моя малая Родина «Родина»

Нет на свете Родины красивей – (шагают на месте)
Боевой страны богатырей. (изображают «богатырей»)
Вот она, по имени Россия,
От морей простёрлась до морей. (шагают на месте и широко
разводят руки)

«Бегут, бегут со двора»

Бегут, бегут со двора	(Шагаем на месте.)
Гулять, гулять в луга:	(Прыжки на месте.)
Курка-гарабурка-каки-таки,	(Хлопаем в ладоши.)
Утка-поплаватка-бряки-кряки,	(Топаем ногами.)
Гусь-водомусь-гаги-ваги,	(Приседаем.)
Индкж-хрипиндюк-шулты-булды,	(Хлопаем в ладоши.)
Свинка-толстоспинка-чахи-ряхи,	(Топаем ногами.)
Коза-дерибоза-мехе-беке,	(Приседаем.)
Баран - крутороган-чики -брыки,	(Хлопаем в ладоши.)
Корова-комола-тпруки-муки,	(Топаем ногами.)

Конь-брыконь-иги-виги.

(Шагаем на месте.)

«Ветер веет над полями»

Ветер веет над полями,

И качается трава.

(Дети плавно качают руками над головой.)

Облако плывет над нами,

Словно белая гора.

(Потягивания — руки вверх.)

Ветер пыль над полем носит.

Наклоняются колосья —

Вправо-влево, взад-вперёд,

А потом наоборот.

(Наклоны вправо-влево, вперёд-назад.)

Мы взбираемся на холм,

(Ходьба на месте.)

Там немного отдохнём.

(Дети садятся.)

Я в мире человек

«Пальчики»

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик лег в кровать.

Этот пальчик чуть вздремнул.

Этот пальчик уж уснул.

Этот крепко, крепко спит.

Тише, тише, не шумите!

Солнце красное взойдет,

Утро красное придет,

Будут птички щебетать,

Будут пальчики вставать (дети поочередно загибают одной рукой пальчики противоположной руки и держат их в кулачке. На слова «будут пальчики вставать» дети поднимают руку вверх и распрямляют пальчики).

«Маша растеряша»

Ищет вещи Маша,

(поворот в одну сторону)

Маша растеряша

(поворот в другую сторону, в исходное положение)

И на стуле нет,

(руки вперёд, в стороны)

И под стулом нет,

(присесть, развести руки в стороны)

На кровати нет,

(руки опустили)

Под кроватью нет.

Вот такая Маша,

(наклоны головы влево-вправо, «погрозить»

указательным пальцем)

Маша растеряша!

«Семья»

Раз, два, три, четыре (хлопки в ладоши)
Кто живет у нас в квартире? (повороты в стороны с
подниманием плеч)
Раз, два, три, четыре, пять (Хлопки в ладоши)
Всех могу пересчитать; (указательным пальцем пересчитывают)
Папа, мама, брат, сестренка,
Кошка Мурка, два котенка,
Мой щегол, сверчок и я-
Вот и вся наша семья! (загибают поочередно пальцы на руке)

Золотая осень

«Осень»

Туча небо кроет,
Солнце не блестит, (взмахи руками над головой)
Ветер в поле воет, (изображают рупор)
Дождик моросит. (взмахи руками перед собой)
Воды зашумели
Быстрого ручья, (топают ногами на месте)
Птички улетели
В тёплые края. (изображают улетающих птичек)

«Огород»

Огород у нас в порядке –
Мы весной вскопали грядки.
Мы пололи огород,
Поливали огород. (действия по тексту)
В лунках маленьких не густо,
Рассадили мы капусту. («сажают»)
Лето всё она толстела, (показывают руками круг перед собой)
Разрасталась вширь и ввысь. (руки в стороны, а затем вверх)
А теперь ей тесно белой, (руки разведены в стороны)
Говорит – посторонись! (отталкивающие движения руками)

«Яблоня»

В саду фруктовом яблоня (машут руками над головой)
Посажена была. («сажают» яблоню)

Она цветами белыми *(руки подняты вверх, ладони изображают
нераспустившийся цветок)*

Весною расцвела. *(«цветок» распускает лепестки)*

Следил наш старый дедушка,

Известный садовод, *(изображают старого дедушку с
палочкой)*

Чтоб наливала яблоня

(машут руками над головой)

Румяный сладкий плод.

(пощипывают щёки)

День народного единства «Нет на свете родины красивей»

Нет на свете родины красивей –

(шагают на месте)

Боевой страны богатырей.

(изображают «богатыря»)

Вот она, по имени Россия,

(шагают на месте, разводят руки в стороны)

От морей простерлась до морей.

«Родина»

Поезжай за моря-океаны,

(«едут»)

Надо всею землей пролети:

(«летят»)

Есть на свете различные страны,

(разводят руки в стороны)

Но такой, как у нас, не найти.

(отрицательно качают головой)

Глубоки наши светлые воды,

(приседают)

Широка и привольна земля,

(встают, руки в стороны)

И гремят, не смолкая, заводы,

(стучат руками перед собой)

И шумят, расцветая поля.

(плавные взмахи руками)

«Наша Родина – Россия»

В нашей стране горы-высокие,

(тянемся на носочках вверх)

Реки глубокие,

(присаживаемся на корточки)

Степи широкие,

(раскидываем руками)

Леса большие,

(руки вверх)

А мы - ребята вот такие!

(показываем большой палец)

Я вырасту здоровым «Человек»

Есть на пальцах наших ногти,

На руках – запястья, локти.

Темя, шея, плечи, грудь

И животик не забудь.

Бёдра, пятки, две стопы,
Голень и голеностопы.
Есть колени и спина,
Но она всего одна.
Есть у нас на голове
Уха два и мочки две.
Брови, скулы и виски,
И глаза, что так близки.
Щёки, нос и две ноздри,
Зубы, губы, посмотри.

(всё показывают по очереди)

«Человек»

Это глазки. Вот. Вот.
Это ушки. Вот. Вот.
Это нос, это рот.
Там спинка. Тут живот.
Это ручки. Хлоп-хлоп.
Это ножки. Топ. Топ.
Ой, устали! Вытрем лоб!

(всё показывают по очереди)

«В понедельник»

В понедельник я купался,
А во вторник — рисовал.
В среду долго умывался,
А в четверг в футбол играл.
В пятницу я прыгал, бегал,
Очень долго танцевал.
А в субботу, воскресенье
Целый день я отдыхал.

(Изображаем плавание.)
(Изображаем рисование.)
(Умываемся.)
(Бег на месте.)
(Прыгаем.)
(Кружимся на месте.)
(Хлопки в ладоши.)
(Дети садятся на корточки, руки под
щеку — засыпают.)

День Матери «Мама»

Маму я свою люблю, (изображают руками сердце и подносят его
к груди)
Я всегда ей помогу:
Я стираю, полоскаю, (далее движения по тексту)
Воду с ручек отряхаю,

Пол я чисто подмету
И дрова ей наколю.
Маме надо отдыхать ,
Маме хочется поспать.
Я на цыпочках хожу,
И ни разу,
И ни разу ни словечка
Не скажу.

«Мама и дочь»

Мама дочь свою качает,	(дети качают воображаемую куклу)
Плачет доченька: «Уа».	(прижимают руки к щекам и качают головой)
Ручки хочет поднимать	(поднимают руки вверх)
И совсем не хочет спать.	(руки под щеку и отрицательно качают головой)
Молочка мы ей согреем	(мешают ложкой в воображаемой кастрюле)
И в бутылочку нальем,	(переливают воображаемое молоко)
Покачаем понежнее	(качают)
И в кроватку отнесем.	(наклоняются и опускают руки)

«Мамам дружно помогаем»

Мамам дружно помогаем:
Сами в тазике стираем.
И рубашки, и носочки
Для сыночка и для дочки. (Наклоны вперёд, движения руками, имитирующие полоскание.)
Через двор растянем ловко
Для одежды три верёвки. (Потягивания — руки в стороны.)
Светит солнышко-ромашка,
Скоро высохнут рубашки. (Потягивания — руки вверх.)

Пожарная безопасность «Пожарный»

На одной ноге постой-ка	
Будто ты пожарный стойкий	(стоят на правой ноге)
А теперь постой на левой	
Будто ты пожарный смелый	(стоят на левой)
Руку левую к груди	
И огонь скорей туши	(имитируют работу пожарным рукавом)

«Кошкин дом»

Мы дружные ребята
И в сказку мы идём (дети шагают по кругу, высоко поднимая ноги)
Посмотрим, кто же в сказке
Потушит кошкин дом (наклоны вперёд и назад)
И если надо, тоже
Мы будем помогать (ходят в полуприсяде, руки на коленях)
И каждому мы скажем:
«С огнём нельзя играть» (повороты влево и вправо с грозющим жестом)

«Пожарная машина»

Пламя высоко взлетает!
Дыма чёрного клубы!
Искры в воздухе сверкают!
Все за дело! Шланг тяни!
Шланг мы дружно разматали.
Ну, огонь, теперь держись!
Бьет струи вода тугая.
Пламя, гаснет, потухает...
Без подмоги обошлись!
Даже детям стало ясно,
Что с огнём шутить опасно!
Если вдруг опять беда,
"01" звони всегда. (движения согласно тексту)

Новогодний праздник «Ждут красавицу колючую»

В каждом доме в декабре. (рисуют руками ёлочку)
На ветвях зажгут фонарики. («дом»)
Искры брызнут в серебре. («фонарики»)
(руки над головой, пальцы оттопырены)
Сразу станет в доме празднично,
Закружится хоровод. (берутся за руки и становятся в хоровод)
Дед Мороз спешит с подарками –
Наступает Новый год. (идут по кругу с воображаемым мешком за плечами)

«Ёлка»

Горит огнями елочка,
Под нею тени синие, (Поднимаем руки вверх)
Колючие иголки,
Как будто в белом инее. (Опускаем через стороны, вниз)
Огни на елке яркие
Повсюду зажигаются. (Наклоны вправо, влево)
Во всех домах, по всей стране
Ребята улыбаются (Ходьба на месте, улыбка)

«Новый год»

У всех Новый год,
И у нас Новый год. (Делают шаг с притопом и одновременно
хлопают в ладоши, поворачиваясь в правую
сторону и в левую)
Возле ёлочки зелёной
Хоровод, хоровод.
К нам пришёл Дед Мороз. (Делают лёгкие наклоны головой в
разные стороны, как бы сообщая
друг другу эту новость)
Он игрушек, и хлопушек,
И конфет нам принёс! (Кружатся на месте, подняв руки и
вращая кистями)
Он добрый у нас,
Он весёлый у нас, (Делают шаг с притопом, одновременно
хлопают)
Возле ёлочки зелёной
Сам пошел с нами в пляс. (Шагаем на месте)

Зима «Снег»

Как на горке снег, снег, (встаем на носочки, руки вверх)
И под горкой снег, снег. (приседаем)
И на елке снег, снег, (встаем, руки в стороны)
И под елкой снег, снег. (обхватываем себя руками)
А под снегом спит медведь, (покачались из стороны в сторону, руки согнутые
в локтях, перед грудью, ладони от себя)
Тише, тише, не шуметь (пальчик к губам, шепотом)

«Зима»

Мы зимой в снежки играем, мы играем. (имитация лепки снежков)
По сугробам мы шагаем, мы шагаем. (шагаем, высоко поднимая колени)
И на лыжах мы бежим, мы бежим. (пружинистые движения на месте, широкие взмахи руками, руки согнуты в локтях)
На коньках по льду скользим, мы скользим. (плавные пружинистые движения руки согнуты в локтях)
И снегурочку лепим мы, лепим мы. (соответствующие движения)
Гостью-зиму любим мы, любим мы. (развести руки в поклоне и поставить на пояс)

«Зимушка-зима»

Здравствуй Зимушка-зима! (кланяемся)
Что в подарок принесла? (разводим руки в стороны)
Белый снег пушистый, (приседаем, проводим руками по воображаемому снегу)
Иней серебристый (встаём, поднимаем руки вверх)
Лыжи, санки и коньки, (имитируем движения лыжников и конькобежцев)
И на ёлке огоньки! (поднимаем руки вверх, крутим «фонарики»)

День Защитника Отечества «Игра идёт!»

Мы лётчики, пилоты (руки в стороны, повороты туловища)
Мы водим самолёты.
Танкисты и ракетчики, (наклоны в стороны)
Мы славные разведчики.
Мы моряки, подводники, (приседания)
Мы храбрые бойцы.
Скоро в Армию пойдём, (шагают на месте)
А пока игра идёт!

«Вертолёт»

Вот мотор затарахтел (вращают руками, согнутыми в локтях)
У-у, как быстро полетел (кисти, сжаты в кулак)
Полетел над лугом (двигаются по кругу друг за другом)
По большому кругу. А потом поднялся в горы, (поднимают руки вверх)

А с горы в ущелье (приседают)
Вот лес, и мы тут (изображают ели, опустив руки вниз)
Достаём парашют (углом кружатся)
Парашюты все раскрылись, Дети мягко приземлились (салятся на места)

«Лётчик»

Быть шофёром хорошо, (дети бегут по кругу, крутят воображаемый руль)
А лётчиком – лучше.
Я бы в лётчики пошёл,
Пусть меня научат. (бегут, расставив руки, как крылья)
Наливаю в бак бензин, (останавливаются, наклоняют воображаемую канистру)
Завожу пропеллер. (круговое движение правой рукой)
«В небеса, мотор, вези,
Чтобы птицы пели». (бегут, расставив руки)

8 Марта «Бабушка»

Устала наша бабушка, (дети стоят в кругу)
Присела на порог: (приседают)
«Куда пропал, куда пропал,
Куда пропал внучок?» (берутся руками за голову и раскачивают из стороны в сторону)
Подумала, поохала,
Потом тихонько встала, (встают)
Пошла вокруг да около
Искать внука сначала. (идут по кругу друг за другом)

«Мамин праздник»

Чей сегодня день рожденья? (пожимают плечами)
Для кого пекут пирог?
Для кого расцвел весенний, (руки над головой, изображают цветок)
Первый мартовский цветок?
Для кого, для кого? (руки на поясе)
Догадайтесь сами.
И пирог, и цветок (руки перед собой)
Мы подарим маме. («дарят» воображаемой маме)

«Подснежник»

Прибежал подснежник	(бегут по кругу)
В мартовский лесок.	
Заглянул подснежник	(повороты туловищем)
В чистый ручеек.	
И, себя увидев,	(руки поднимают вверх и медленно опускают вниз)
Крикнул: «Вот те на!	(хлопают в ладоши)
Я и не заметил,	
Что пришла весна!»	(прыгают на месте)

Знакомство с народной культурой и традициями «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.)

«Матрешки»

Хлопают в ладошки	Хлопок в ладоши перед собой,
Дружные матрешки.	Повторить хлопки еще раз.
На ногах сапожки,	Правую ногу вперед на пятку, левую ногу
Топают матрешки.	Вперед на пятку, руки на пояс, затем в И.П.
Влево, вправо наклонись,	Наклоны вправо – влево.
Всем знакомым поклонись.	Наклон головы вперед с поворотом туловища
Девчонки озорные,	Наклоны головы вправо-влево.
Матрешки расписные.	Наклон назад, руки в стороны, откинуться на спинку стула.
В сарафанах наших пестрых	Повороты туловища направо-налево,
руки к плечам, повторить повороты туловища еще раз	
Вы похожи словно сестры.	
Ладушки, ладушки,	Хлопок в ладоши перед собой.
Веселые матрешки.	Хлопок по парте, повторить еще раз.

«Вышивка»

Вышивают девочки, («вышивают»)
Сидя на траве. (приседают)
Вышивают девочки («вышивают»)
Шелком по канве.
- Это клюв! А это шпоры!
- А вот это гребешок! (показывают клюв, шпоры, гребешок)
Приутихли разговоры, (пальчик прикладывают к губам)
За стежком бежит стежок. (бегут друг за другом)

Весна «Весна»

На лужайке по утрам мы затеяли игру (дети встают в круг, берутся за руки)
Я – подснежник, ты - вьюнок (правая рука вперед, вправо;
левая рука вперед, влево)
Становитесь в наш венок.
1, 2, 3, 4 - Раздвигайте руки шире (дети взявшись за руки
становятся в круг)
А теперь мы ручейки, побежим вперегонки. (дети бегут по кругу).

«Ягоды»

Мы шли-шли-шли, («шагают» пальчиками по столу)
Землянику нашли. (изображают землянику)
Раз, два, три, четыре, пять – (пальчики «здороваются»)
Мы идём искать опять. («шагают» пальчиками по столу)

«Овощи»

В огород пойдем, урожай соберём (дети идут по кругу, взявшись
за руки)
Мы морковки натаскаем («таскают»)
И картошки накопаем («копают»)
Срежем мы кочан капусты («срезают»)
Круглый, сочный, очень вкусный! (показывают круг руками)
Щавеля нарвём немножко («рвут» 3 раза)
И вернемся по дорожке. (дети идут по кругу, взявшись за руки)

Дорожная азбука «Светофор»

Утром встаешь ты, выходишь из дома – (идут по кругу)
На перекрестке твой старый знакомый. (останавливаются)
Он огоньком тебе красным мигнет, (ставит руки на пояс, повороты туловищем)
Скажет: «Опасно. Закрыт переход.
Желтый зажегся – чуть-чуть подожди.
Вспыхнет зеленый – свободно иди». (идут по кругу)

«Пешеходы»

Постовой стоит упрямый (Ходьба на месте).
Людям машет: Не ходи! (Движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз)
Здесь машины едут прямо (Руки перед собой)
Пешеход, ты погоди! (Руки в стороны)
Посмотрите: улыбнулся (Руки на пояс, улыбка)
Приглашает нас идти (Шагаем на месте)
Вы, машины, не спешите (Хлопки руками)
Пешехода пропустите! (Прыжки на месте)

«Дорога без разметки»

Я в деревню этим летом (руки на плечи - круговые движения вперед)
Ездил на машине с дедом. (руки на плечи-круговые движения назад)
На дороге здесь порой (прямую ногу вперед на носок поочередно)
Нет разметки никакой.
Ну и как тогда нам быть (прямую ногу назад поочередно)
Как её переходить?
Если нет машин, то можно.
Только очень осторожно:
Влево-вправо посмотреть. (руки на пояс - повороты в стороны)
Не бежать и не лететь!
И без лишней суеты (ходьба с высоким подниманием колен)
Перейдешь дорогу ты!

День Победы «Будем мир мы защищать»

(выполняется в парах).
Раз, два, три, четыре, пять. (поочередно соединяют пальчики
обеих рук)

Будем мир мы защищать! (жмут руки друг другу)
На границе встанем, (прямые руки вытягивают вперёд)
Всех врагов достанем. (шаг, выпад вперёд)
Будем чаще улыбаться, (повороты в стороны, улыбаются друг другу)
А не ссориться и драться! (обнимаются друг с другом)

«Мы военные»

Мы станем все военными, (шагают на месте)
Большими, здоровенными. (руки вытянуть вверх, опустить)
Будем в Армии служить, стороны. Будем Родину любить.
(движения повторяются)
Сад и дом свой охранять, (наклон вперёд, смотрим в
«бинокль»)
Будем мир мы защищать! (шагают на месте)

«Победа!»

Мы празднуем Победу! (шагают на месте)
Салют! Салют! Салют! (руки поднять вверх, пальцы сжимаем, разжимаем)
Кругом цветы весенние (руки на пояс, повороты туловища)
Цветут, цветут, цветут! (руки развести в стороны)
Все люди пляшут, празднуют, (приседания с выставлением ног
вперёд)
Поют, поют, поют!
Пусть в мире страны разные (вдох, круговое движение руками, изображая
земной шар)
Живут, живут, живут!

Весна «Краски весны»

Снова нет ручьям покоя –
День и ночь журчат в кустах. (бегут по кругу друг за другом)
Ходит солнце золотое
В чистых-чистых небесах. (спокойно идут друг за другом)
Льёт лучи на лес и луг (приседают – встают)
И на все цветы вокруг. («цветок» над головой)

«Весна»

Весна, весна красная! (идут по кругу, взявшись за руки)

Приди, весна, с радостью.
С радостью, с радостью, (идут в обратную сторону)
С великою милостью:
Со льном высоким, (поднимают руки вверх)
С корнем глубоким, (приседают)
С хлебами обильными. (бегут по кругу)

«Прогулка весной»

По дорожке долго, долго, (идут по кругу)
Взявшись за руки мы шли. (берут друг друга за руки)
Усидеть весною дома
Мы с сестренкой не смогли.
Светит солнце ярко, ярко, (поднимают руки вверх, разводят пальцы рук)
От цветов пестреет луг, (хлопают в ладоши)
В небе радуга, как арка, (в воздухе рисуют радугу)
Из семи лучистых дуг.

Лето

«А над морем мы с тобой»

Над волнами чайки кружат,
Полетим за ними дружно.
Брызги пены, шум прибоя,
А над морем мы с тобою! (дети машут руками, словно крыльями)
Мы теперь плывем по морю
И резвимся на просторе.
Веселее загребай
И дельфинов догоняй. (дети делают плавательные движения руками).

«Как-то летним вечерком»

Как-то летним вечерком (сжимаем и разжимаем кулачки)
Утята стаей шли гуськом.
Шли они на пруд купаться, (хлопки в ладоши)
Порезвиться, поплескаться.
Первый среди них вожак. Загибаем пальчики)
Идет гордо: «Кря-кря-кря!»
У трех других утят
Спинки желтые блестят.
А последний поотстал.

Очевидно, он устал.
Из травы высокой вдруг,
Вызвав у утят испуг,
Еще двое выбегают,
Место в стае занимают.
Ну-ка быстро сосчитаем: (сжимаем и разжимаем кулачки)
Сколько было утят в стае?

«Бабочка»

Спал цветок и вдруг проснулся,	(туловище вправо, влево)
Больше спать не захотел,	(Туловище вперед, назад)
Шевельнулся, потянулся,	(руки вверх, потянуться)
Взвился вверх и полетел.	(Руки вверх, вправо, влево)
Солнце утром лишь проснется,	
Бабочка кружит и вьется.	(покружиться)