**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Северяночка» с приоритетным осуществлением физического развития детей»**

**с. Горки, Шурышкарский район, ЯНАО**

**Сделала подборку воспитатель Мадеева Надежда Борисовна**

**В гости к трем медведям»**

***Вводная часть.***

В лес гулять пойдем, друг за другом все встаем. (построение в колонну)

В русской сказке побываем, трех медведей повстречаем.

Меду взять мы не забудем, а медведи рады будут. (имитация бочонка)

Раз-два, раз-два, веселее, детвора! (ходьба в колонне 10-12 сек)

Ноги выше поднимаем, на жучков не наступаем. (ходьба с высоким подниманием колен 10-12 сек)

Раз-два, раз-два- веселее, детвора.

По дорожке побежим, в гости к сказке поспешим. (бег в колонне 10 сек)

Побежали, побежали, и нисколько не устали.

По тропинке мы пойдем, к трем медведям попадем. (ходьба в колонне 10 сек)

Раз-два, раз-два- друг за другом, детвора.

Стой, ребята, мы пришли и поляночку нашли. (перестроение в круг)

В круг скорее все вставайте, и медведей поджидайте.

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Вот папа медведь нас встречает, (руки поднять вверх, округлить, пальцы разведены)

Лапы мохнатые вверх поднимает.

Раз-два, раз-два – повторяйте, детвора. 4-6 раз.

1. И.п.: стоя, руки на ширине плеч, руки на поясе.

Медведица мама вперевалку идет. (наклоны вправо-влево)

С собою Мишутку сыночка ведет.

Влево раз, вправо раз наклонитесь все сейчас.

Влево раз, вправо раз- получается у нас. 6 раз.

1. И. п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Вот и пришел малыш медвежонок.

Он мамы и папы медведей ребенок, стал приседать и шалить,

Громко лапами бить.(приседания, руки вперед с хлопками)

Раз-два, раз-два- повторяйте, детвора. 4-6 раз

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.

Мед Мишутке мы отдали, все медведи прыгать стали.

Раз-два, три-четыре- сладкий мед все получили. (8 прыжков на двух ногах)

Раз-два, раз-два- все запрыгали тогда.

Пошагаем, отдохнем, прыгать мы опять начнем. (ходьба на месте, 8 прыжков на двух ногах)

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.

Мишки мед аромата вдыхают, и поклоны посылают. (дыхательные упражнения)

***Заключительная часть.***

Друг за другом повернулись, медвежатам улыбнулись,

И веселою гурьбой все отправимся домой. (спокойная ходьба)

По тропинке мы пойдем, дорогу к дому мы найдем.

Раз-два, три-четыре- ноги выше, плечи шире.

По дорожке побежим, и домой мы поспешим. (легкий бег)

Побежим, побежим и домой поспешим.

Сказка кончилась, и мы все домой идти должны. (спокойная ходьба)

Раз-два-три, раз-два-три- вы устали малыши?

**«Ёжик – путешественник» (по сказке «Ёж и грибок»)**

***Вводная часть***.

Ёж в соседний лес идет, всех ребят собой зовет. (построение)

Выглянуло солнышко, еж идет гулять.

Как приятно с ёжиком вместе нам шагать.

Раз-два, раз-два - весело шагать,

Раз-два, раз-два - руки поднимать. (ходьба 10-12 сек)

Выглянуло солнышко, светит высоко.

Ёж по лесу бегает, и нам бежать легко.

Разбежались дети кто куда,

Вы не потеряйтесь, детвора. (бег врассыпную 16 сек.)

На тропинку все встаем, дальше с ёжиком пойдем. (ходьба 10-12 сек)

Ярко светит солнышко, светит высоко,

По тропинке с ежиком нам шагать легко.

Вдруг мы тучку увидали, и как зайцы прыгать стали. (прыжки с продвижением вперед 7-8 сек)

Прыг-скок, прыг-скок – догони меня дружок.

Мы попрыгали немножко, только в путь зовет дорожка.

Снова солнышко сияет, ежик с детками шагает. (ходьба 10-12 сек)

Солнышко скрывается, тучка надвигается.

Будем крышу мы искать, от дождя убегать.

Гриб большой мы увидали,

Под грибок вокруг все встали. (перестроение в круг)

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Нас не мочит под грибом, мы до шляпки достаем. (подниматься на носочки, руки вверх)

Раз-два, три- четыре – вот какие мы большие. 6 раз

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Показался солнца лучик, стало нам светлее.

И цветы нам закивали, стало веселее. (повороты вправо- влево)

Раз-два – улыбнулись, вправо, влево повернулись. По 3 раза в каждую сторону.

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

Ёж угощенье потерял, наклонялся он, искал.

Где же тот бугорок, где лежит узелок.

Вы, ребята, помогите, узелок мой отыщите. (наклоны вперед)

Раз-два, раз-два – не нашли узелка. 4 раза.

1. И.п.: стоя, ноги вместе, руки опущены.

Положил он узелок на какой то бугорок.

Не было там бугорка, это шляпка от грибка.

Гриб под дождиком подрос, узелок с собой унес.

Будем прыгать скок-скок и достанем узелок.

Раз-два, раз-два выше прыгай, детвора. (прыжки)

Пошагаем, отдохнем, прыгать мы опять начнем. (ходьба, прыжки)

Раз-два, раз-два – выше прыгай, детвора.

Наклонился грибок, на, лови узелок.

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены.

Небо чистое вдруг стало, солнце в небе засияло,

Радуга вверху повисла, как цветное коромысло.

Будем радугу встречать, свежим воздухом дышать. 4 раза.

***Заключительная часть***

Ёжик к другу пришел, ежик друга нашел

Сказка кончилась, и мы все домой идти должны.

Раз-два, раз-два – нам домой идти пора. (ходьба)

Мы домой поспешим, по дорожке побежим. (легкий бег)

А теперь на полдник дружно зашагали малыши.

Завтра будем мы опять вместе с ёжиком играть.

**«Котенок» (по сказке «Маленький котенок»)**

***Вводная часть.***

Стройтесь, дети, на зарядку, рассчитайтесь по порядку!

В сказку мы попадем и котеночка найдем. (построение в колонну)

По дорожке мы идем раз-два, раз-два, мы котеночка найдем раз-два, раз-два. (ходьба 10-12 сек)

Мы мышатами все стали, на носочки дружно встали. (ходьба на носочках 10сек.)

Мы шуметь не будем, котенка не разбудим.

А теперь побежим и к котенку поспешим. (бег 10-12 сек)

Стоп, детишки, мы пришли. Вот котенок, мы нашли. (построение в круг)

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Рыжий, маленький котенок, мамы-кошки он ребенок.

Он проснулся, улыбнулся, сладко-сладко потянулся.

Покажите-ка, друзья, раз-два, раз-два. (руки поднять вверх, потянуться) 6 раз

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Он молока хотел попить, но забыл как попросить.

Заплакал маленький котенок, но а мимо шел гусенок.

Влево, вправо повернулся и котенку улыбнулся,

Чтоб была у вас еда, надо говорить: «га-га».

Влево «га», вправо «га», повернитесь-ка, друзья. (повороты)

Гусь котенку не помог, «мяу» вспомнить он не смог.

1. И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Мимо свинка проходила и котенку говорила:

«Хрю скажи и присядь, молока дадут опять».

Хрюкнуть и присесть мы можем.

Мы котеночку поможем. (присесть со словом «хрю» 4 раза)

Нет, ошиблась и свинья.

Не такие слова должен кот говорить, чтоб еды попросить.

1. И.п.: стоя, руки вдоль туловища.

И козел и корова обманули котенка снова.

Тут пришел Василий кот, прыгнул он в огород,

«Мяу»,- ласково сказал, и котенок услыхал.

На задние лапы встал котенок и запрыгал, как ребенок.

И детишки прыгать стали и руками замахали. ( по 8 прыжков 2раза)

Отдохнули, пошагали, снова дети прыгать стали.

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Мама завтрак принесла и котенку отдала,

Рыжик глубоко вздохнул, носом воздух потянул.

Ну-ка, глубже все вдыхайте, что на завтрак отгадайте. (упражнение на дыхание)

***Заключительная часть.***

Мы котенка разбудили, у него мы погостили.

А теперь домой пора, повернулись, детвора.

По дорожке мы идем и ничуть не устаем. (ходьба)

А теперь мы поспешим, по дорожке побежим. (легкий бег)

Мы немножко побежали и опять все зашагали. (ходьба)

Раз-два – не спеши, раз-два – мы пришли.

**«Снеговик – спортсмен» (по сказке «Веселый снеговик»)**

***Вводная часть***

К нам зима спешит, собирайтесь, малыши,

На зарядку пойдем, в сказку попадем. (построение в колонну)

Отправляемся гулять, чудеса нас ждут опять.

Чтобы нам не потеряться нужно за руки держаться. (ходьба змейкой 16-20сек)

По сугробам мы шагаем, выше ноги поднимаем. (ходьба с высоким подниманием колен 10-12сек)

Очень холодно зимой, побежали все за мной. (бег в колонне за взрослым 10-12сек)

Вот пошел снегопад, снегу каждый очень рад.

По дорожке мы шагаем, руки выше поднимаем. (ходьба с поднятыми руками вверх 10-12сек)

Стоп, детишки, мы пришли, и Весельчака нашли,

Он скачать не привык, он забавный снеговик. (перестроение)

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Снеговик в снежки играет, далеко он их бросает.

Эй, ребята, не зевайте, все движенья повторяйте. (поднятие рук по очереди вверх, имитируя брусок)

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Снеговик гостям рад, на горку он зовет ребят.

 Мы на санки дружно сели, с горки вместе полетели.

Вправо, влево наклонитесь, крепко в саночках держитесь. (наклоны вправо-влево)

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вперед, кисти в кулаке.

Палки лыжные мы взяли и на лыжи быстро встали.

Оттолкнулись и присели, и теперь мы ближе к цели. (присед, руки отвести назад, сказать «ух», 6 раз)

Сели-встали, сели-встали – мы снеговика догнали.

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки сзади.

Снеговик по льду скользит, повторяйте смело.

Прыгайте как фигуристы, ловко и умело.

Раз-два – повернулись, три-четыре – улыбнулись. (8 прыжков на двух ногах с поворотом вокруг себя 2 раза)

А теперь отдохнем, на коньках скользить начнем. (скользим)

Вправо шаг, влево шаг, снеговик очень рад.

***Заключительная часть.***

Снеговика повеселили, поиграли, пошалили,

А теперь домой пора, собираемся, друзья.

Зашагали наши ножки по заснеженным дорожкам.

Раз-два – мы пошли, веселее, малыши. (ходьба)

Чтоб не замерзли ножки, мы погреем их немножко.

Раз-два-три, раз-два-три – смотри не упади. (легкий бег)

Мы погрели наши ножки, зашагали по дорожке. (ходьба)

Раз-два, раз-два – вот и кончилась игра.

**«Рукавичка»**

***Вводная часть.***

На зарядку по порядку становитесь все опять.

Потерял дед рукавичку, мы идем ее искать. (построение в колонну)

Друг за другом мы пойдем, рукавичку мы найдем. (ходьба 10-12сек)

Побежали наши ножки, каждый по своей дорожке,

Вы внимательней смотрите, рукавичку вы ищите. (бег врассыпную 16-20сек)

Дети друг за другом встали и красиво зашагали.

Снова побежали ножки, каждый по своей дорожке.

Рукавичку мы найдем, ее деду принесем. (ходьба и бег врассыпную)

А теперь в кружок все встали, по тропинке зашагали.

Вот полянка, вот и лес, вот и елка до небес,

А под елкой рукавичка, рукавичка – невеличка. (построение в круг)

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Удивились ребятки: «Кто играет снами в прятки?

Кто залез в рукавичку, рукавичку – невеличку?» (поднять плечи, развести руки в стороны, удивиться) 6 раз

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Появилась слева мышка-норушка. (по 3 поворота вправо и влево)

Справа показалась лягушка – квакушка.

Слева вывалился мишка – топтыжка,

Справа выглянул серый волчишка.

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Дети, дружно приседайте, рукавичку поднимайте.

Раз-два, раз-два – неподъемная она.

Сели-встали, сели-встали, рукавичку не подняли. (присесть, руками коснуться пола)

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.

Звери дружно прыгать стали и все вместе закричали:

«Вы оставьте рукавичку, мы вам спляшем вшестером,

И отсюда в лес холодный ни за что мы не уйдем.

Прыг-скок, прыг-скок прыгай с нами, дружок» (по 8 прыжков 2 раза)

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Рукавичка растянулась, рукавичка подросла.

Шестерых зверей вмещает, будет деду велика.

А какая она стала? Покажите-ка, друзья.

Раз-два, раз-два – рукавичка велика. (поднять руки вверх, развести в стороны) 4 раза

***Заключительная часть.***

Сказка кончилась, и мы все домой идти должны.

Ах ты, зимушка-зима, все дорожки замела.

Друг за другом мы пойдем – мы дорожку найдем.

**«Волк и семеро козлят»**

***Вводная часть.***

На зарядку по порядку становитесь, детки, в ряд,

В русской сказке побываем, повстречаем семь козлят. (построение в колонну)

В феврале, в феврале бродит ветер во дворе.

Холодом пугает, козлят не выпускает.

Только мама коза по делам своим пошла.

А в лесу зимой холодной бродит серый волк голодный.

Он по тропке бежит, к домику козлят спешит.

А коза по ледку осторожно идет,

Ножку к ножке приставляет и песню поет:

«Через речку перейду, сена стог найду,

Поем сенца, деткам дам молока»

Заскользим по ледку и догоним козу. (ходьба приставным шагом 16-20 сек)

А волк спешит, по тропинке бежит.

Наелась коза и обратно пошла,

По сугробам шагает, выше ноги поднимает.

Стоп, детишки, мы пришли, вот он дом козы.

А у дома волк стоит и козлятам говорит:

«Двери отворите, мамочку пустите»

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Козлята дверь открыли, волка в дом пустили,

Испугались, задрожали, ножки вверх подняли.

Покажите-ка, ребятки, как дрожали козлятки. (поднять руки вверх, помахать)

1. И.п.: вспомнили козлятки, как играли в прятки.

Вправо, влево повернули и от волка улизнули.

Вправо - раз, влево - два, все попрятались тогда.

1. И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Ну а волк стал приседать и козляток искать. (присесть, руки в стороны)

Он козлят не нашел и к себе домой ушел.

1. И.п.: тут коза пришла и детишек позвала,

Все козлята вылезали, возле мамы прыгать стали. (о8 прыжков 2 раза)

1. И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища.

Вот наелись все козлята, спать легли, сопят ребята. (дыхательные упражнения)

Тихо в доме у козы, спят козлята – малыши.

Ну а наши детки встали, козе ручкой помахали.

***Заключительная часть.***

Холодно в лесу зимой, побежали все домой.

С бегом будет веселее, с бегом будет нам теплее. (легкий бег)

По тропинке мы шагаем, руки наши согреваем. (ходьба с хлопками)

Мы домой пришли. Не замерзли, малыши?

**«В гости к солнышку»**

***Вводная часть***

Становитесь на зарядку, рассчитайтесь по порядку.

В гости к солнышку пойдем и друзей своих найдем.

Выглянуло солнышко и зовет гулять.

Как приятно солнышком вместе нам шагать.

Мы в лошадок превратимся, по дороге мы помчимся

Гоп – гоп веселей, бей копытом, не жалей. (бег галопом)

Солнце в небесах сияет, наши деточки шагают.

Тучка по небу гуляет, солнце тучка закрывает.

От дождя мы убежим, спрятаться мы поспешим. (бег змейкой)

Змейкой все бежим за мной, нам не страшен дождик злой.

Тучи солнышко закрыли, солнце больше не видать,

Пойдем, детки, по дорожке, будем солнышко искать.

Вот цыплята заскучали, в путь дорожку собрались.

Надо к солнышку идти, надо солнышко найти. (перестроение в колонки)

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Цыплят сорока увидала, крыльями вдруг замахала:

- Ой, цыплята, вы куда? Солнца нет уже три дня.

- мы идем его искать, будем с солнышком играть.

Ей цыплята отвечали, крылья к верху поднимали. (руки через стороны вверх)

Раз-два, раз-два, руки к верху поднимали.

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Перед дорогой надо подкрепиться,

Зерно поклевать и в путь торопиться.

Наклонились, поклевали, поклевали, дружно встали. (наклоны вперед)

Раз-два – наклонились, три-четыре – распрямились.

1. И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Цыплята к зайчику пошли, на грядке его нашли.

Заяц грядку боронил и морковку посадил.

Приседал и вставал, семена в бороздку клал.

Раз-два – приседал, семена в бороздку клал. (приседания с касанием пола)

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Надо всем к ежу свернуть, чтоб спросить к солнцу путь.

Ежик путь им указал, заяц первым прыгать стал. (по 8прыжков 2 раза)

Прыг – скок высоко, до вершины далеко.

Мы немножко отдохнем, прыгать снова мы начнем.

1. И.п.: то же.

Месяц всех друзей принял, домик солнца показал.

Друзья солнце разбудили, чисто – начисто помыли.

Стало солнышко сиять и лучами согревать.

Лучик вверх, лучик вниз – ты дышать не ленись.

***Заключительная часть.***

Снова солнышко сияет, наши деточки шагают.

Дружно, весело идут, и совсем не устают.

Сказка кончилась , и мы все домой идти должны.

А теперь на полдник дружно зашагали малыши.

**«Зайчишка – трусишка» (по сказке «Лиса и заяц»)**

***Вводная часть.***

Стройтесь, дети, на зарядку, рассчитайтесь по порядку.

В русской сказке побываем и зайчишку повстречаем.

Друг за другом идем, в гости к зайцу попадем.

Парами детишки встали и по кругу зашагали. (ходьба парами)

Побежали наши ножки, каждая по своей дорожке. (бег врассыпную)

В пары снова дети встали, по тропинке зашагали.

К зайцу в гости поспешим, друг за другом побежим.

На полянку мы пришли, зашагали малыши.

Зайчика мы повстречали, в две колонны дружно встали.

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

На поляне шум и гам, звери собрались там.

Заяц плачет, вот беда – выгнала его лиса. (поднять плечи, руки в стороны)

Раз-два, раз-два – выгнала его лиса?

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Тут собаки прибежали. Кто же плачет, поискали.

Вправо, влево повернулись и на зайчика наткнулись. (повороты туловища)

Раз-два, раз-два – вот кто плачет – зайка.

И собаки поспешили, помощь свою предложили,

Но лисицу не прогнали, прочь собаки убежали.

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Мишка лису прогонял, громко рыкал, приседал.

Ну-ка, детки, покажите, как лисичку гнал медведко. (приседания, руки вперед)

Не прогнал медведь лису, спрятался в густом лесу.

1. И.п.: то же.

Зайка плачет, он не может, ждет он, кто ему поможет.

Петушка все увидали, звери сразу прыгать стали.

Раз-два, раз-два – вот кто выручит тебя.

По тропинке пошагали, петушку дом показали.

И опять все прыгать стали.

1. И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища.

Петушок лису прогнал, он ее напугал.

Побежала лиса, еле ноги унесла.

Запыхалась, отдыхает, тяжело лиса вздыхает.

***Заключительная часть.***

Петушок с зайчонком жил, со зверями он дружил.

Сказка кончилась, и мы все домой идти должны.

По тропинке друг за другом зашагали малыши.

**«На огороде» (по сказке «Пых»)**

***Вводная часть.***

Стройтесь, дети, на зарядку, рассчитайтесь по порядку.

В русской сказке побываем, ежика мы повстречаем.

Мы пойдем в огород и посмотрим, что растет. (ходьба со сменой направления)

Это лук, здесь укроп, вот какой огород.

Повернулись кругом, мы идем, не отстаем.

Вот укроп, вот лук от семи недуг.

И опять кругом, грядку с репкой мы найдем.

Раз-два, раз-два – грядку с репкой найдем.

Здесь медведь наследил, вперевалочку ходил. (ходьба на внешнем своде стопы)

Раз-два, раз-два – повторяйте-ка, друзья.

В сказку мы поспешим, между грядок побежим.

По дорожке мы пойдем, в сказку мы попадем.

Раз-два, раз-два – веселее, друзья.

Между грядок разойдись, на тропинку становись.

***Общеразвивающие упражнения.***

1. И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища.

Аленка рано встала, в палисадник побежала.

Полили огород, пусть любуется народ.

Огород у них большой, покажите какой. (поднимаем руки через стороны вверх, опускаем)

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Посмотрите – ка, ребята, все политы ли грядки?

Наклонились, посмотрели, руками землю мы задели.

Раз-два, раз-два, мокрая земля.

1. И.п.: то же.

Дед и баба репки захотели, но сорвать не сумели.

Стали охать, приседать, внучку «пыхом» пугать. (приседаем, обхватываем голову руками)

«Под кустом пых сидит, он пыхтит и ворчит»

1. И.п.: то же.

Внучка стала хохотать, прыгать, высоко скакать.

Раз-два, раз-два – испугались вы ежа.

Дед с бабой в огород пошли, под кустом ежа нашли.

Раз-два, раз-два – хохотали до утра.

1. И.п.: лежа на животе, руки сложены перед грудью.

Ежик под кустом лежал, он пыхтел, отдыхал.

Покажите, малыши, как пыхтят ежи. (приподнять голову, вдохнуть глубоко носом, выдохнуть резко со словом «пых»)

***Заключительная часть.***

Сказка кончилась, и мы все домой идти должны.

И теперь на полдник дружно зашагали малыши.