***Комплекс утренней гимнастики «Солнышко и тучка»***

Солнышко, солнышко, выгляни в окошечко!

Твои детки плачут, по камушкам скачут.

*(Дети в произвольном порядке встают по комнате.)*

***Вводная часть***

Выглянуло солнышко и зовёт гулять.

Как приятно с солнышком вместе нам шагать!

*(Ходьба стайкой за взрослым, 8 сек.)*

Выглянуло солнышко, светит высоко.

По тропинке с солнышком нам бежать легко.

*(Бег стайкой за взрослым, 7 сек.)*

По тропинке с солнышком нам шагать легко.

Ярко светит солнышко, светит высоко.

*(Ходьба стайкой за взрослым, 8 сек.)*

Вдруг мы тучку увидали. От неё мы побежали.

Мы бежали, мы бежали, мы от тучки убегали.

*(Бег стайкой за взрослым, 7 сек.)*

Снова солнышко сияет, наши детушки шагают.

Дружно, весело идут и совсем не устают.

*(Ходьба стайкой за взрослым, 8 сек.)*

Солнышко скрывается – туча надвигается.

Будем солнышко искать, будем с солнышком играть!

*(Перестроение в круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Где же солнышко-колоколнышко?

Скрылось солнышко за тучку. Нету солнышка.

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Поднять плечи – «удивиться», вернуться в И.П. Выполнить 4 раза.)*

Ты ладошки нам погрей, наше солнышко,

Наше солнышко-колоколнышко.

*(И.П. – то же. Руки вперёд, ладони вверх – И.П. Выполнить 4 раза.)*

Показался солнца лучик – стало нам светлее.

Справа лучик, слева – лучик, стало веселее.

*(И.П. – стоя ноги на ширине плеч, руки на пояс. Поворот вправо – И.П., влево – И.П. Выполнить по 2 раза в каждую сторону.)*

Солнце в небе засветило, всё вокруг преобразило.

Можно в лужу посмотреть и себя там разглядеть.

*(И.П. – то же. Наклон, руки направлены вниз – И.П. Выполнить 4 раза.)*

Солнцу рады все на свете. И воробушки, и дети.

*(Прыжки на двух ногах /8 подпрыгиваний/. На произнесение слов 2-й раз – ходьба на месте. Выполнить 2 раза.)*

***Заключительная часть***

Солнышко и тучка рядышком живут.

По утрам ребяток поиграть зовут.

С солнцем вместе мы шагали и от тучки убегали.

Завтра будем мы опять в солнце, тучку все играть.

*(Ходьба за взрослым.)*

***Комплекс утренней гимнастики «Весёлый огород»***

Наш весёлый огород в гости всех друзей зовёт!

*(Дети встают по комнате в произвольном порядке.)*

***Вводная часть***

В огород мы пойдём, урожай соберём!

*(Ходьба в колонне за взрослым, 8 сек.)*

Эй, лошадка, гоп-гоп, отвези нас в огород.

*(Бег в колонне за взрослым, 7 сек. Прямой галоп,7 сек.)*

Эй, лошадка, тише, тише. Огород всё ближе, ближе.

*(Ходьба с высоким подниманием,8 сек. Обычная ходьба, 8 сек.)*

Вот уже и огород! Сколько в нём всего растёт!

*(Перестроение в круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

У капусты кочаны – вот такой величины!

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Поднять руки через стороны вверх, соединить пальцы, образовав кольцо, - И.П. Выполнить 4 раза.)*

Хвостик есть, а не мышка.

И совсем он не малышка!

Он зелёный огурец – удалой молодец!

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставлены, руки на пояс. Поворот вправо-влево 2 раза. Притопы на месте.)*

Прячет морковка свой носик на грядке.

Видно, морковка играет в прятки!

*(И.П. – сидя, опора на кисти рук, поставленных с боков или за спиной. Согнуть ноги, обхватить руками колени, голову опустить – И.П. Выполнить 4 раза.)*

Толстый жёлтый кабачок солнцу показал бочок.

Показал животик, спинку. Посмотри-ка на картинку.

*(И.П. – лёжа на спине. Переворот на живот – И.П. То же в другую сторону. Выполнять в медленном темпе 3-4 раза в каждую сторону.)*

Дружный наш огород веселится и поёт.

Как попрыгает немножко, пошагает, отдохнёт.

*(Выполнить прыжки на двух ногах /с поворотами вокруг себя или с хлопками/ в чередовании с ходьбой.)*

***Заключительная часть***

Вот и кончилась игра! Веселились мы с утра…

А теперь на завтрак дружно зашагала детвора.

*(Ходьба в колонне за взрослым /на месте/.)*

***Комплекс утренней гимнастики «Птицы»***

Холодно стало, и птицы на юг стаями улетают.

Ну, а ребята в детском саду в птиц перелётных играют.

*(Дети встают по комнате в произвольном порядке.)*

***Вводная часть***

Птицы улетали, крыльями махали.

Вот так, вот так крыльями махали.

*(Ходьба в колонне за взрослым /руки слегка приподняты в стороны, помахивать в движении кистями рук, 12-13 сек./.)*

Птицы улетали, крыльями махали.

Вот так, вот так крыльями махали.

*(Бег в колонне за взрослым /руки слегка приподняты в стороны, помахивать в движении кистями рук, 10 сек./.)*

Сели у водички птички-невелички.

Лапки, клювики помыть сели у водички.

*(Ходьба в колонне за взрослым с приседанием, 15 сек.)*

Ходят по водичке птички-невелички.

Ходят, лапки поднимают птички-невелички.

Вот так, вот так ходят у водички.

*(Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе, 15-16 сек.)*

Полетели птички, птички-невелички.

Взвились в небо высоко, полетели птички.

*(Бег в колонне за взрослым, 10 сек..)*

Полетели птички, птички-невелички.

Взвились в небо высоко, улетели птички.

Взвились в небо высоко, улетели птички.

*(Ходьба в колонне за взрослым, 12-13 сек. Остановиться и помахать рукой. Перестроение в круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Вдруг мы громкое КАР-КАР услыхали,

И на ветке мы ворону увидали:

«Я морозов не боюсь – КАР-КАР.

 В городе я остаюсь – КАР-КАР.

Крылья вверх и крылья вниз.

Зарядку делай – не ленись!»

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Руки в стороны – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Сизокрылый голубок нахохлился, сидит.

И гули-гули, гуль-гуль-гуль с друзьями говорит.

Гули-гули, гуль-гуль-гуль с друзьями говорит.

*(И.П. – сидя, ноги скрёстно, руки на пояс. Поворот вправо, правую руку отвести назад, коснуться пола – И.П. То же в левую сторону. Выполнить по 3 раза в каждую сторону.)*

Солнце меньше светит, и лапки замерзают.

Наш знакомый голубок их греет, подгибает.

*(И.П. – сидя, ноги вместе, выпрямлены; опора на кисти рук, поставленных с боков или за спиной. Согнуть ноги, обхватить колени руками /»крылышками греем лапки»/ - И.П. Выполнить 4 раза.)*

И воробушки тут как тут,

Зёрнышки с земли клюют.

А воробушки клюют зёрнышки с земли.

Чик-чирик, чик-чирик, веселы они.

*(И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки за спину. Наклон /руки остаются за спиной/ - И.П. Выполнить 4 раза.)*

***Заключительная часть***

Вот и закончилась в птичек игра. На завтрак, ребята, давно уж пора.

Мы бегали, прыгали, вместе играли.

На завтрак все дружно теперь зашагали!

*(Ходьба в колонне за воспитателем /или на месте/, 25-30 сек.)*

***Комплекс утренней гимнастики «В гости к ёлочке»***

Веселится детвора – снег-снежок идёт с утра.

Скоро праздник – Новый год, ёлка в гости к нам придёт.

И ребята, и зверята праздник ждут, а зверята ведь в лесу живут.

В гости к ним сегодня мы пойдём, разные игрушки для ёлки принесём!

*(Дети встают по комнате в произвольном порядке.)*

***Вводная часть***

*(Ходьба в колонне за взрослым, 10 сек.)*

Чтобы нам не потеряться, нужно за руки держаться.

Отправляемся мы в лес, ждёт нас много в нём чудес.

*(Ходьба «змейкой», держась за руки, 10-12 сек.)*

По сугробам мы шагаем, выше ножки поднимаем!

По сугробам мы идём и ничуть не устаём.

*(Ходьба с высоким поднимаем колена, 12-15 сек.)*

Холодно в лесу зимой – побежали все за мной!

С бегом будет веселей, с бегом будет нам теплей.

*(Бег в колонне за взрослым, 15-20 сек.)*

По тропинке мы шагаем, Руки наши согреваем. } 2 раза

*(Ходьба с хлопками на каждый шаг, 10 сек.)*

Вот полянка, вот и лес, вот и ёлка до небес!

*(Перестроение в круг. В середину круга ставится ёлочка.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Вот полянка, вот и лес. Вот и ёлка до небес.

Вот она какая, ёлочка большая!} 2 раза

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Поднять руки вверх, посмотреть на них – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Мы сегодня принесли яркие игрушки.

Здесь конфеты и шары, пряники, хлопушки.

Вы игрушки доставайте, ёлку вместе украшайте.

*(И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз. Наклон /внизу у пола выполнить движение кистями рук «берём игрушку»/; выпрямиться, вывести руки вперёд-вверх – движение кистями «вешаем игрушки» - И.П. Выполнить 4 раза.)*

Распушила ёлка лапы, стала красоваться.

А мальчишки и девчонки стали улыбаться.

Всем ребятам нравится ёлочка-красавица.

*(И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз – в стороны, пальцы разведены. Повороты вправо-влево. Выполнить по 4 раза в каждую сторону.)*

Кто под ёлкою сидит и ушами шевелит?

Кто под ёлкой тихо плачет и тихонечко дрожит?

Мы присели – дружно встали, никого не увидали.

Мы присели, дружно встали, вдруг зайчишку увидали.

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Присесть, руками коснуться пола – И.П. Выполнить 4 раза.)*

Ты, зайчишка, выходи да друзей своих зови.

Тут зайчишки прибежали, чудо-ёлку увидали,

Стали прыгать, веселиться и вокруг себя кружиться.

*(Прыжки на двух ногах на месте /вокруг себя, с хлопками или с продвижением в любом направлении 16 подпрыгиваний/.)*

Эй, зайчишка, раз-два-три, к ёлке в круг скорей беги.

*(Дети встают в круг.)*

Вокруг ёлки водим, водим хоровод. Веселится, радуется весь лесной народ.

*(Ходьба по кругу, держась за руки.)*

Разбежались зайки, зайки-побегайки.

Стали прыгать и кружиться, стали снова веселиться.

*(Бег врассыпную, 20 сек.)*

Эй, зайчишки, раз-два-три. К ёлке в круг скорей беги.

Вокруг ёлки заведём хоровод, пусть порадуется весь лесной народ.

*(Дети идут по кругу, держась за руки, и поют любую известную им новогоднюю песню.)*

***Заключительная часть***

Мы у ёлки погостили, ёлку ярко нарядили.

А теперь домой пора. Собирайся, детвора.

*(Ходьба в колонне за взрослым или за ребёнком.)*

***Комплекс утренней гимнастики «Снежки»***

Как на тоненький ледок выпал беленький снежок.

Ах, зима, зима, зима белоснежная пришла.} 2 раза

*(Дети встают по комнате в произвольном порядке.)*

***Вводная часть***

Как на тоненький ледок выпал беленький снежок.

Ах, зима, зима, зима белоснежная пришла. } 2 раза

*(Ходьба в колонне, 12 сек.)*

Как на тоненький ледок выпал беленький снежок.

Чтоб его не затоптать, на носочки надо встать.

*(Ходьба в колонне на носках /руки на пояс/, 8 сек.)*

Снегу мало. Под снежком лёд блестит несмело.

Заскользим мы по ледку ловко и умело.

*(Ходьба приставным шагом вперёд /руки на пояс/, 22-23 сек.)*

Начался снегопад. Снегу каждый очень рад.

Побежим ловить снежинки, побежим ловить пушинки.

*(Бег в колонне, 22 сек. По окончании хлопнуть в ладоши.)*

Начался снегопад. Снегу каждый очень рад.

Мы пойдём ловить снежинки, мы пойдём ловить пушинки.

*(Ходьба в колонне. По окончании хлопнуть в ладоши.)*

Начался снегопад. Снегу каждый очень рад.

Побежим ловить снежинки, побежим ловить пушинки.

*(Бег в колонне, 10-11 сек.)*

Лепим, лепим мы снежки, снеговые пирожки.

Вот какие снежки – снеговые пирожки!

*(Ходьба с хлопками на каждый шаг в колонне, 10 сек. Перестроение в круг.)*

*Взрослый идёт по кругу и раздаёт «снежки» из ведра, при этом напевает.*

Вот какие снежки – снеговые пирожки!

***Общеразвивающие упражнения***

Со снежком хотим играть. Холодно его держать.

В одной ладошке и в другой подержим мы снежочек свой.} 2 раза

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз, «снежок» в правой руке. Поднять руки через стороны вверх, передать «снежок» в левую руку – И.П. Выполнить 6 раз.)*

На снежок ты погляди, да смотри не урони.

Погляди, погляди, да смотри не урони.} 2 раза

*(И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз, «снежок» в правой руке. Поворот вправо с отведением правой руки назад – И.П. Переложить «снежок» в левую руку. То же влево. Выполнить по 3 раза в каждую сторону.)*

Со снежком хотим играть. Холодно его держать.

В одной ладошке и в другой подержим мы снежочек свой.} 2 раза

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз, «снежок» в правой руке. Поднять согнутую в колене правую ногу; передать под коленом «снежок» в левую руку – И.П. То же с другой ноги. Выполнить по 3 раза каждой ногой.)*

Мы попрыгаем немножко, мы погреем наши ножки.

Раз-два-три, раз-два-три. Ты снежок скорей бери!

*(«Снежок» лежит на полу около ног ребёнка. Прыжки на месте на двух ногах /16 подпрыгиваний/. С окончанием слов дети берут каждый свой «снежок», поднимают руку вверх. Затем снова кладут его на пол.)*

Зашагали наши ножки, мы погреем их немножко.

Раз-два-три, раз-два-три. Ты снежок скорей бери.

*(Ходьба на месте. С окончанием слов берут каждый свой «снежок», поднимают руку вверх.)*

Побежали наши ножки, мы погреем их немножко.

Раз-два-три, раз-два-три. Ты снежок скорей клади.

*(Прыжки и ходьбу повторить ещё раз, но выполнить вокруг «снежка».)*

***Заключительная часть***

Зашагали наши ножки, мы погреем их немножко.

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

*(Взрослый собирает «снежки».)*

***Комплекс утренней гимнастики «В феврале»***

В феврале, в феврале бродит ветер во дворе.

Сильно, сильно задувает, со снежинками играет.

Вы, ребята, покружитесь и в снежинки превратитесь.

*(Дети становятся по комнате в произвольном порядке.)*

***Вводная часть***

В феврале, в феврале бродит ветер во дворе.

Сильно, сильно задувает, со снежинками играет.

*(Ходьба в колонне /руки выполняют движения с увеличенной амплитудой/. Ходьба в колонне, 6 сек.Ходьба на носках, руки в стороны, 5 сек.)*

Полетели снежинки. *(Дует на детей.)*

Сильный ветер задувает, и летят снежинки.

Тут снежинки, там снежинки, белые пушинки.

*(Бег в колонне, 20 сек. Бег по кругу в одном направлении, в противоположном.)*

Ах ты зимушка-зима, все дороги замела,

Все дороги, все пути, ни проехать, ни пройти.

*(Ходьба с высоким подниманием колена в колонне. Ходьба /руки выполняют движения по увеличенной амплитуде/.)*

Полетели снежинки!

Сильный ветер задувает, и летят снежинки.

Тут снежинки, там снежинки, белые пушинки.

*(Бег в колонне, 20 сек.)*

Ветер тише, тише, тише,

А снежинки – в круг, поближе.

*(Ходьба с замедлением темпа и перестроением в круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Ветер вверх поднял снежинки, закружил, завьюжил.

Ветер вверх поднял снежинки. Холодно и стужа.} 2 раза

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз. Поднять руки через стороны вверх, скрестить их над головой – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Ах ты зимушка-зима, все дороги замела.

Все дороги, все пути, ни проехать, ни пройти.

*(И.П. – сидя, ноги врозь, руки на бёдрах. Наклон вперёд, коснуться ленточками пола между стопами – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Вверх и вниз летят снежинки – на дворе метелица.

Снег засыпал все тропинки, по дорожке стелется.

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз. Полуприседания с одновременным покачиванием рук вперёд-назад.)*

***Игровое упражнение «Ветер дует, ветер стих.»***

*Дети встают в колонну по одному.*

В феврале, в феврале бродит ветер во дворе.

Сильно, сильно задувает, со снежинками играет.} 2 раза

*(Дети бегут в колонне, 13-14 сек.Останавливаются /приседают/. Выполнить 2-3 раза, меняя направление бега /«ветер дует в другую сторону»/.)*

***Заключительная часть***

В феврале, в феврале бродит ветер во дворе.

Сильно, сильно задувает, со снежинками играет.} 2 раза

*(Ходьба в колонне. Остановиться.)*

Вы, снежинки, покружитесь и в ребяток превратитесь.

***Комплекс утренней гимнастики «За воротами весна»***

Пойду ль, выйду ль я, пойду, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

*(Дети в произвольном порядке становятся по комнате.)*

***Вводная часть***

Пойду ль, выйду ль я, пойду, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

За воротами весна, за воротами весна,

За воротами весна, отступают холода.

*(Ходьба бодрым шагом, 15-17 сек.)*

Солнце в небе высоко, солнце в небе высоко.

С солнцем нам идти легко, с солнцем нам идти легко

*(Ходьба на носках /руки на пояс/, 8 сек.)*

С солнцем нам легко бежать. В марте всем весну встречать.

Солнце в небе высоко и весна недалеко.

Вместе нам легко бежать, вместе нам легко бежать.

Будем мы весну встречать, зиму, холод провожать.

*(Бег, 20-25 сек.)*

Пойду ль, выйду ль я, пойду, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

*(Ходьба в колонне. Перестроение в круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Вот сосульки, как морковки. Нам их хочется сорвать.

Нам их хочется сорвать, только в рот нельзя их брать.

Нам их хочется сорвать, только в рот нельзя их брать.

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз. Подъём на носки с одновременным подъёмом рук через стороны вверх, выполнить «хватательное» движение кистями – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Кап-кап кап – звенит капель. Наступает оттепель.

Солнце светит целый день. Кап-кап-кап – звенит капель.

*(И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки на пояс. Поворот вправо с отведением правой руки /ладонь вверх «ловим капельки»/ - И.П. То же влево. Выполнить по 2 раза в каждую сторону.)*

Снег ещё лежит на горке – посмотри и убедись.

И пока он не растаял, эй, на горку торопись!

*(И.П. – то же. Наклон, руки вниз ладонями наружу – И.П. Выполнить 4 раза.)*

Палки дружно в руки взяли. Мы на лыжи вместе встали.

Весело несёмся вниз. Эй, с дороги, сторонись!

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вперёд, кисть в кулачок. Полуприсед, руки отвести назад – «отталкиваемся палками» - И.П. Выполнить 8 раз.)*

***Игровое упражнение «Катание на санках».***

*Дети встают по двое друг за другом, берутся за руки.*

Мы на санки дружно сели, с горки вместе полетели,

Весело несёмся вниз. Эй, с дороги, сторонись!

*(По команде взрослого «Поехали» дети в парах бегут по кругу /10 сек./. По команде «На санках по одному и побыстрей» дети выполняют соответствующий словам бег. На новый словесный сигнал «Раз-два-три, свою пару найди» дети встают в пары. Игра возобновляется, но сначала дети выполняют ходьбу в парах – «медленно едем». Игра повторяется 2-3 раза.)*

***Заключительная часть***

Пойду ль, выйду ль я, пойду, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

*(Ходьба на месте. Затем – ходьба на месте с произнесением хором.)*

За воротами весна, за воротами весна,

За воротами весна, отступают холода.

***Комплекс утренней гимнастики***

***«Ах, в апреле весна настоящая пришла»***

Как под наши ворота подливалась вода.

Ой, весна, весна, весна долгожданная пришла.

*(Дети становятся по комнате в произвольном порядке.)*

***Вводная часть***

Как под наши ворота подливалась вода.

Ой, весна, весна, весна долгожданная пришла.

*(Ходьба по кругу, держась за руки.)*

Просыпается природа, улучшается погода.

Ах, в апреле весна настоящая пришла!

*(Ходьба в колонне.)*

Снег растаял там и тут – ручейки звенят, бегут –

И под наши ворота подливается вода.

*(Бег врассыпную.)*

Как в один большой ручей собиралась вода,

Собиралась вода, да под наши ворота.

*(Бег в колонне за взрослым.)*

Да под наши ворота подливалась вода.

Ой, вода, вода, вода, да под наши ворота.

*(Ходьба «змейкой» по всему пространству помещения за взрослым, то же держась за руки. Воспитатель заводит круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Из далека из краев возвращаются скворцы.

Будут гнёзда скоро вить, и появятся птенцы,

Будут гнёзда скоро вить, и появятся птенцы.

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз. Поднять руки через стороны до уровня плеч – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Ходят птички там и тут, зёрнышки с земли клюют.

И щебечут, и поют, зёрнышки с земли клюют.

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки за спину /не захватывая кистями рук локти/. Наклон вперёд, руки остаются за спиной – И.П. Выполнить 4 раза.)*

Лежебока кот проснулся, он лениво потянулся –

Что такое? Весна долгожданная пришла!

*(И.П. – лёжа на спине, руки в стороны. Согнуть ноги к груди, обхватить колени кистями рук. Вернуться в И.П. Выполнить 4 раза.)*

Солнца луч его коснулся, хитро котик оглянулся.

Наступила весна – на охоту пора!

*(Ползание на четвереньках.)*

***Игровое упражнение «Гнездо».***

А скворцы летают, ищут, где же гнёздышки им свить.

А скворцы летают, ищут, где птенцы их будут жить.

*(Дети бегут врассыпную. Темп бега изменяется по команде «Полетели побыстрее». На слова «Свили гнездо» дети встают в круг, берутся за руки. Затем – повторение игры, но вместо бега выполняется ходьба. Игру с бегом и ходьбой можно повторить ещё раз.)*

***Заключительная часть***

Как под наши ворота подливалась вода.

Ой, весна, весна, весна долгожданная пришла.

*(Ходьба по кругу, держась за руки, в одном и другом направлении.)*

***Комплекс утренней гимнастики «На дворе весёлый май»***

***Вводная часть***

Пойду ль, выйду ль я, пойду ль я, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

Пойду ль, выйду ль я, пойду ль я, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

На дворе весёлый май. С радостью его встречай!

Травка, птицы и цветы на пути моём видны.

*(Ходьба в колонне, 16-20 сек.)*

Чтоб нам травку не помять, на носочки надо встать.

Ах, трава-мурава, ах, зелёная трава.

*(Ходьба на носках /руки на поясе/ в колонне, 7-8 сек.)*

Скоро травка подрастёт, кто на луг гулять пойдёт?

Ножки выше поднимай, ты по травушке шагай.

Ах, трава-мурава, молода и высока!

Ах, трава-мурава, молода и высока!

*(Ходьба с высоким подниманием колена, руки свободно или на поясе, 15 сек.)*

А лошадка на лугу прыгает, резвится.

Зиму всю и всю весну травушка ей снится.

*(Прямой галоп, 7-8 сек.)*

Жук проснулся и жужжит, над травою он летит.

Майский жук – он летит и жужжит, жужжит, жужжит.

*(Бег в колонне.)*

Черёмуха душистая у дома зацвела,

А к ней уже пушистая летит, спешит пчела.

*(Бег в колонне.)*

И воздух ароматами цветочков напоён.

Почувствуйте, порадуйтесь, как свеж и нежен он.

*(Ходьба врассыпную. Во время ходьбы можно сделать 2-3 поворота вокруг себя на слова взрослого «Какая красота». Перестроение в круг.)*

***Общеразвивающие упражнения***

Расправляет крылышки бабочка – красавица.

Яркая, нарядная, всем ребятам нравится.} 2 раза

*(И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки к плечам. Руки в стороны – И.П. Выполнить 6 раз.)*

Это что за вертолёт отправляется в полёт?

Это просто стрекоза, непоседа, егоза.

*(И.П. – сидя, ноги скрёстно, руки на пояс. Повороты вправо-влево. По 4 раза в каждую сторону.)*

Маленькие солнышки, яркие головушки.

Одуванчики цветут, распускаясь там и тут.

*(И.П. – сидя, ноги согнуты, руками обхватить колени, голову опустить. Выпрямить ноги /можно слегка развести/, одновременно выпрямить руки вверх – в стороны /«потянуться»/ - И.П. Повторить 4 раза.)*

***Игра «Одуванчик».***

Одуванчик, одуванчик скинул жёлтый сарафанчик,

В шар воздушный превратился. Дунул ветер – шарик взвился.

К удивлению ребят, вместо шарика летят

Белые снежинки, лёгкие пушинки.

*(Дети стоят в кругу, держась за руки. С началом текста, произносимого взрослым, ребята начинают идти по кругу. С окончанием слов они разбегаются, воспитатель делает вид, что их ловит. На слова «Не поймать пушинки, новый вырос цветок» дети встают в круг и игра возобновляется.)*

***Заключительная часть***

Пойду ль, выйду ль я, пойду ль я, выйду ль я.

За ворота погляжу, что увижу – расскажу.

За воротами весна, отступили холода.

На дворе весёлый май, с радостью его встречай.

*(Ходьба в колонне или по кругу, держась за руки.)*