

Руководитель

физического воспитания

Галкина О.Г.

2009-2010 учебный год

**Цель:** Доставить детям радость и хорошее настроение. Провести досуг в творческой и импровизационной атмосфере, учитывая возрастные особенности и возможности детей, способствовать развитию интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.

**Задачи:**

1. Способствовать обогащению двигательного опыта занимающихся.
2. Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
3. Воспитывать умение эмоционального самовыражения и творчества в движениях.
4. Содействовать формированию коммуникативных качеств у детей, способствовать обобщению и закреплению знаний сказок А.С. Пушкина.
5. Акцентировать внимание на общечеловеческих, нравственных и физических качествах.

**Оборудование:** большой игрушечный кот, элементы костюма персонажа кота для взрослого, муляж дерева – дуб, дубовые листочки с заданиями, цепь вокруг дуба (массажные кольца – по количеству детей), сундук с шоколадными шишками, конверт с письмом, эмблемы – отличительные знаки на футболки участников в форме дубовых листочков оранжевого и зеленого цвета, следы из дермантина на липучках (8 пар), ориентиры для перешагивания (6-8 штук), 4 стойки – ориентира, 6 плоских обручей, 2 разрезные картинки из 4 или 5 частей каждая по сказкам Пушкина, желуди из киндер-сюрпризов(3 штуки), медаль золотой рыбки, 2 палки для перешагивания с креплением («Кузнечик»), золотые орехи из футляров игрушек - пазлов 8-10 штук, 8-10 зеленых футляров от киндер-сюрпризов, 4 корзинки, сказочный кубик с иллюстрациями по сказкам Пушкина, 2 тоннеля, 2 тарелки, 2 яблочка, 8 ориентиров для оббегания, 2 зеркала (самодельных), рисунок дуба на ватманском листе для аппликации, листочки дубовые с надписями личностных качеств, медали разной номинации: «Путешествие в Лукоморье 1 место», «Путешествие в Лукоморье 2 место» (по 4 - 5 штук).

**Ход досуга:**

*Дети входят в спортивный зал в колонну по одному за воспитателем и идут по кругу (1 круг), осматриваясь вокруг под фонограмму*

*** «Ярмарка чудес» и выстраиваются в одну шеренгу. Их встречает руководитель физического воспитания, на плечах у которого сидит игрушечный кот.***

**Ведущий:** Здравствуйте ребята! Меня зовут Ольга Георгиевна, но я пришла к вам не одна. Посмотрите, кто это с вами очень хочет познакомиться?

***Педагог снимает с плеч кота и здоровается с детьми за руку, протягивая им лапу кота.***

 Давайте с вами познакомимся… *Знакомство с детьми*

***Педагог сажает кота на цепь у дуба, стоящего у одной из стен спортивного зала.***

**Ведущий:** Ребята, посмотрите, какое большое дерево! Кто знает, как оно называется?

**Дети:** дуб!

**Ведущий:** верно, дуб. Но дуб не обычный! Смотрите: на нем есть цепь, кот на дубе том, на ветвях сидит русалка, у подножья стоит сундук с золотом. Какой поэт описал именно такой дуб?

**Дети:** Пушкин.

**Ведущий:** ребята, любите ли вы сказки? Хотите вместе со мной отправиться в сказочную страну «Лукоморье»? Тогда в путь! Откроем окно в сказку!

Чтоб в нашей сказке очутиться

Сначала надо покружиться,

Затем нам надо всем пройти

По очень сложному пути!

Дорога будет не простой,

А извилистой, кривой…

Слушайте внимательно,

Выполняйте старательно!

От меня не отставайте,

И за мною повторяйте.

***Звучит фонограмма «Сказка» в исполнении А. Рыбака. Дети следуют за педагогом, выполняя различные задания в ходьбе. (Приложение № 1)***

**Ведущий:** вот мы с вами и очутились в нашей сказочной стране. Посмотрите по сторонам…

**Ведущий:** Ребята, смотрите, под нашим волшебным дубом лежит конверт. Давайте вскроем его и прочитаем что в нем написано?

***Ведущий читает письмо, адресованное детям. В нем написаны слова заклинания, с помощью которых можно оживить одного из сказочных героев.***

**Ведущий**: Ребята, вы любите чудеса? Хотели бы вы, чтобы сейчас произошло чудо? Ведь в письме сказано, что мы можем оживить одного сказочного героя. Ну что, ребята, рискнем? Воспользуемся этой возможностью?

**Дети:** Да!

**Ведущий**: Тогда закрывайте глаза, и вместе со мной произнесите волшебные слова. Посмотрим, что произойдет.

Итак, произносим все вместе слова заклинания:

 ***Звучит фонограмма «Сказочная мелодия»***

*Дети поворачиваются спиной, закрывают глаза и повторяют слова:*

У Лукоморья дуб зеленый,

 Золотая цепь на дубе том.

 И днем, и ночью кот ученый,

Все ходит по цепи кругом.

***Во время произнесения слов - заклинания ведущий надевает на себя элементы костюма кота (ободок с ушками, хвост).***

**Кот:** Я ученый, мудрый кот!

У меня полно хлопот.

Коль направо я пойду –

Звонко песню заведу.

А налево поверну –

Сказки сказывать начну.

Отвечайте без подсказки,

Все ли дети любят сказки?!

**Дети:** Да!

**Кот**: А если сказка с танцами и песней,

 Она на много интересней.

Давайте украсим нашу сказку,

 Добавим музыкальные краски!

Но для этого мне понадобится ваша помощь. Ребята, подходите по очереди к дубу и берите по одному звену от цепочки - колечку.

**Кот**: ребята, вставайте на дубовые листочки, которые уже упали с нашего волшебного дерева.

 На листочки все вставайте

 Да за мною повторяйте!

 ***Дети выполняют по показу комплекс общеразвивающих упражнений с массажными кольцами***

***под фонограмму «Лукоморье» в исполнении группы Фантазеры***

 ***(приложение № 2)***

**Кот:** ребята, посмотрите и запомните, на каких вы стоите листочках. Положите кольца на голову и принесите их на место. Те ребята, которые стояли на зеленых листочках, вставайте в одну колонну справа от меня, а те, кто стоял на желтых листочках – в колонну по одному слева от меня.

***Дети делятся на команды и строятся в две колонны.***

**Кот**: сейчас узнаем, в какой команде самые умные, ловкие и находчивые ребята, кто из них лучше знает сказки Пушкина.

**Кот:** Это листочки не простые, а волшебные: на каждом из них есть задания для ребят.

Ну что, ребята, готовы? Команды в сборе?

***Кот срывает листок с дуба и читает первое задание.***

 Там на неведомых дорожках

 Следы невиданных зверей.

***Эстафета № 1 «На неведомых дорожках»***

Дети стоят в колоннах по одному. По сигналу, первый участник начинает идти по дорожке со следами (следы выложены выворотно, косолапо в чередовании), затем пробегают через ориентиры, оббегают стойку добегают до обруча, берут одну деталь и бегом возвращаются к своей команде, кладут деталь в обруч на линии старта, передают эстафету следующему участнику эстафеты. После того, как последний ребенок положит свою деталь, вся команда собирает картинку и называет сказку Пушкина.

Собрать

картинку

Команда победительница получает желудь (из киндер-сюрприза)

**Кот**: молодцы, ребята. Справились с заданием.

Но оно было легкое, более сложные задания ждут вас впереди.

А теперь давайте-ка поиграем.

***Игра № 1 «Золотая рыбка»***

*** Звучит фонограмма «Золотая рыбка»***

Считалкой Кот выбирает водящего игры – старика, одевает ему шапку.

**Считалка**: Сказка ложь, да в ней намек!

 Добрым молодцам урок.

Правила игры: водящий – один ребенок (дед), остальные дети - рыбы. По сигналу, водящий начинает ловить рыб, касаясь рукой. Та рыбка, которую поймал дед, встает рядом и берется с ним за руку, образуя невод. Далее они ловят остальных рыб, держась за руки. С каждой пойманной рубкой невод увеличивается. Последняя не пойманная рыбка становится «Золотой рыбкой». Обратить внимание на правила безопасности: бегать по залу не сталкиваясь друг с другом, не толкаясь.

***Кот наклеивает на грудь наклейку золотой рыбки.***

 **Упражнения на восстановление дыхания.**

**Кот:** Здорово поиграли! Всех рыбок переловили, даже золотую нашли.

Пойду - ка, сорву еще один листок.

***Кот срывает листок и читает второе задание:***

 Что ж? Под елкою высокой,

Видим белочка при всех

Золотой грызет орех,

Изумрудец вынимает,

А скорлупку собирает,

Кучки равные кладет.

И с присвисточкой поет.

**Кот**: дети, а кто знает, из какой сказки эти строки?

**Дети:** Сказка о царе Салтане, о сыне его славном и могучем богатыре князе Гвидоне Салтановиче и о прекрасной царевне Лебеди.

***Кот предлагает детям построиться по командам в колонны на линии старта.***

***Эстафета №2 «Белка и орешки»***

Дети стоят в колонны по одному. По команде, первые участники, преодолевая препятствия, (прыгают из обруча в обруч, перешагивают через воротики), бегут к обручу с золотыми орехами, раскрывают скорлупки, вынимают изумруд и раскладывают их по разным корзинкам (изумруды – футляры от киндер-сюрпризов, орехи – круглый футляр от игрушек - пазлов)

Команда победительница получает желудь (из киндер-сюрприза)

**Кот:** Какие ловкие ребята, прямо, как я! С такой сноровкой и мышку поймать легко.

 Вы хотите поиграть,

Свою фантазию показать?

**Дети**: да!

**Кот**: тогда слушайте внимательно правила моей игры:

***Игра № 2 «Сказочный кубик»***

*** Звучит фонограмма «Море волнуется раз»***

Правила игры: на слова кота «Море волнуется, раз; море волнуется два; море волнуется три» - все дети двигаются врассыпную по залу в разных направлениях, изображая руками разное по характеру море (спокойное, гладкое, небольшие волны, бурливое, штормовое море). После слов: «На месте фигура замри», кот бросает сказочный кубик, на котором изображены персонажи сказок А.С. Пушкина. Дети должны изобразить того героя сказки, который окажется на верхней грани кубика, а затем назвать сказку и перечислить ее героев.

Усложнение: дети узнают сказку, перечисляют сказочных персонажей этой сказки и изображают любого героя, узнанной ими сказки, картинка которой окажется на верхней грани кубика.

**Кот:**  А вам, ребята, понравилась эта игра? Ну что, отдохнули, пора мне сорвать следующий листок и узнать новое задание.

***Кот срывает лист с дерева и читает задание:***

 Свет мой, зеркальце! Скажи,

 Да всю правду доложи:

 Я ль на свете всех милее,

 Всех румяней и белее?

**Кот**: дети, а кто знает, из какой сказки эти строки?

**Дети:** сказка «О мертвой царевне и о семи богатырях».

***Эстафета № 3 «Волшебное зеркальце»***

По команде, первый участник проползает в тоннель, добегает до тарелки с яблочком и змейкой идет обходя ориентиры. Доходит до зеркала, кладут тарелку на пол, смотрится в зеркало, хвалит себя, меняют зеркало на тарелку с яблоком, по прямой идут до куба, на котором стояла тарелка, ставят ее туда и бегом возвращаются к своей команде, передают эстафету следующему участнику.

Команда победительница получает желудь (из киндер-сюрприза)

**Кот:** ну, посоревновались, пора и дух перевести.

**Кот:** Издревле считается, что дуб имеет энергетическую силу, это магическое дерево.

Вы сегодня дружно выполняли все мои задания, показали слаженность и взаимовыручку. Я хочу предложить вам так же дружно сотворить наш Лукоморский дуб. Я приготовил для вас копию нашего волшебного дуба, он такой же как и вы, еще маленький. Но вместе с вами, в вашей памяти он будет расти и крепнуть. А чтобы ему помочь мы одарим его листочками, на которых написаны те качества, которыми обладают сказочные герои. Все эти качества очень важные, общечеловеческие и сейчас они необходимы всем вам для достижения жизненных успехов.

Выберите себе листочки, переверните их, снимите защитную пленку и приклейте их к кроне нашего дерева. Кто сможет, прочитайте качества, а кому сложно, поднимите руку и помогу вам.

Вариант: если дети не умеют читать, кот подходит к каждому и зачитывает качество, которое он выбрал. Например: «Ты сегодня оказался самый ловкий!» и т.п.

***Аппликация «У Лукоморья дуб зеленый»***

*** Звучит фонограмма песни «Страна волшебная»***

**Кот:** Я очень рад, что и вы проявили эти качества в нашем путешествии по Лукоморью.

**Кот:** Давайте на прощанье станцуем ещё один танец.

 ***Танец по показу «У Лукоморья» (приложение № 3)***

***Звучит фонограмма песни «У Лукоморья»***

**Кот:** Вот и закончились волшебные дубовые листочками с заданиями. Пора подвести итоги. Итак, победителем волшебных испытаний стала команда … «Зеленые листочки» (Желтые листочки). Но и вас, дорогие ребята, мы не оставим без сюрприза.

***Награждение победителей по итогам эстафет*** *памятными медалями с надписью «Путешествие в Лукоморье 1 место»,*

За первое место медаль принимай

И славных успехов во всем достигай!

Удача пусть ждет тебя снова!

Побед – замечательных, новых!

*а вторую команду медалями с надписями «Путешествие в Лукоморье 2 место»*

Второе место призовое –

Прекрасный, яркий результат!

Удача будет пусть с тобою

И много новых ждет наград!

*и всех детей шоколадными орехами (шишками).*

**Кот:** До свидания, друзья!

Возвращаюсь в сказку я!

Заклинанье вспомнить нужно

И сказать его всем дружно!

 ***Звучит фонограмма «Сказочная мелодия»***

*Дети поворачиваются спиной, закрывают глаза и повторяют слова:*

У Лукоморья дуб зеленый,

 Золотая цепь на дубе том.

 И днем, и ночью кот ученый,

Все ходит по цепи кругом.

***Во время произнесения слов - заклинания кот снимает с себя элементы костюма и превращается в ведущего.***

**Ведущий:** Надеюсь, вам понравилось наше сказочное приключение?

 Чтобы в садик нам вернуться

 Всем вам надо повернуться.

Вокруг себя вы повернитесь,

В своём саду вы очутитесь!

Вы призы не забывайте

И за мною все шагайте!

 ***Звучит фонограмма песни «Счастливого пути»***

Под фонограмму дети выходят из спортивного зала.

***Дорогие дети!***

***Вы попали в сказочную страну «Лукоморье!»***

***Я могу подсказать вам волшебные слова, с помощью которых можно оживить сказочного персонажа. Слушайте и запоминайте!***

**У Лукоморья дуб зеленый,**

 **Золотая цепь на дубе том.**

 **И днем, и ночью кот ученый,**

**Все ходит по цепи кругом.**

****

***Приложение № 1***

**Упражнения в ходьбе**

**под фонограмму А. Рыбака «Сказка» (2мин. 8 сек)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Слова** | **Движения** |
| **Вступление**1-4 такт5-8 такт | Ходьба в колонне по одному друг за другом.Ходьба на пятках, руки внизу. |
| **1 куплет:**Далеко за синим моремВ облаках парит мечта.И твое большое горе,Может во все не беда. | Ходьба на носках, руки к плечам, руки вверх.Ходьба с высоким подниманием бедра, руки в стороны, руки вниз. |
| **Припев:**Все пройдет ночь не навсегдаТы открой окно.Дочитай сказку до конца,В дом впусти добро. | Ходьба с захлестом голени назад, руки в стороны, вниз, ударить ладонями по бедрам.Скрестный шаг, руки полочкой сзади. |
| **Проигрыш:**1-4 тактыВ дом впусти добро.5-8 такты | Ходьба в приседе, руки на коленях.Прыжки на двух ногах в приседе. |
| **2 куплет:**Далеко кораблик в мореРадуга упала на луга.И твое большое горе,Может во все не беда. | Ходьба с махом ноги (встряхивая), руки скрестно вправо, влево.Ходьба выпадами, руки на поясе. |
| **Припев:**Все пройдет ночь не навсегдаТы открой окно.Дочитай сказку до конца,В дом впусти добро. | Прыжки ноги врозь, ноги вместе, руки на пояс.Подскоки с ноги на ногу. |
| **Проигрыш:**  | Ходьба в колонне по одному, руки в сторону – вдох, руки вниз - выдох. |

 ***Приложение № 2***

**Комплекс ОРУ под фонограмму «Лукоморье»**

**группа Фантазёры (2 мин. 47 сек.)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Слова** | **Движения** |
| **Вступление:**1 -4 такты5-8 такты9 - 12 такты13 – 16 такты | И.п. – о.с., кольцо на голове; поднимание и опускание плеч с попеременной сменой ног, поднимая пятки ( 4 раза) И.п. – о.с., кольцо на голове; 1 – перенести тяжесть тела на правую ногу, левую согнуть в коленном суставе, руки вверх; 2 – смена положений ног, руки к плечам; 3 – смена положений ног, руки в стороны; 4 – смена положений ног, руки к плечам ( 2 раза)опускание плечИ.п. - тоже; повторить движения 1 -4 тактов.И.п. – тоже; повторить движения 5-8 тактов |
| **Проигрыш:**1-4 такты5-8 такты9-12 такты13 – 16 такты | И.п. – тоже, кольцо взять в руки; Вытянуть руки вперед и вращать кольцо (то правая, то левая сверху) – 4 раза.И.п. – тоже; руки согнуты в локтях перед собой, сжимать и разжимать кольцо (8 раз)И.п. – тоже; повторить движения 1-4 тактовИ.п. – тоже; повторить движения 5-8 тактов |
| **1 куплет:**У Луко- луко - Лукоморья дуб зелёный,И золо-золо-золотая цепь на нём,**Слова** | И.п. – стойка ноги врозь, кольцо в руках перед грудью; 1 – полуприсед,; 2 – выпрямить ноги повернуться вправо, руки вправо.; 3 – полуприсед; 4 – тоже в другую сторону (4 раза).**Движения** |
| И днём и ночью, днём и ночью кот учёныйВсё ходит бродит, бродит по цепи кругом.Идёт, идёт на право песни распевает, На ле-на ле на лево сказки нам читает И в мир чудес и в мир чудес волшебный кот Нас обязательно с тобою заберёт! | И.п. – тоже; 1-4 движения те же, но выпрямляя руки вывернуть кольцо во внутрь ( 4 раза)И.п. – о.с., кольцо в правой руке, руки в стороны; 1 –поднять правую ногу, согнутую в колене, передать кольцо под коленом в другую руку; 2 и.п., кольцо в левой руке; 3-4 тоже в обратную сторону (8 раз) |
| **Припев:**Как охота в сказке оказатьсяНа крылатых пони покататьсяВсе волшебные слова узнать И в гостях у эльфов побывать!Встречу я принцессу или принца, Уложу врагов одним мизинцем,Пролечу по небу на метле,Проскачу в доспехах на коне. | И.п. – о.с., кольцо в правой руке, руки в стороны; 1 –полуприсед, передать кольцо сзади под коленями; 2 – и.п., кольцо в левой руке; 3-4 тоже, передав кольцо в правую руку ( 7 раз) Прыжком ноги врозь.И.п. – широкая стойка, руки в стороны, кольцо в правой руке; 1 – наклон вперед, передать кольцо между ног в левую руку; 2 – и.п., кольцо в левой руке; 3-4 тоже, передав кольцо в правую руку ( 6 раз)Принять сед, упор сзади, одеть кольцо на правую ногу |
| **2 куплет:**Без сказки жить, без сказки жить нам не возможно,Без чуда мы, без чуда мы не проживём,Поверь в себя ведь невозможное возможно,Ведь рядом с чудом, рядом с чудом мы живём.Какое чудо это небо голубое,Какое чудо эти горы и цветы,А очень главное мы вам сейчас откроем,Что феи, маги, чародеи это мы. | И.п. – сед, упор сзади, одеть кольцо на правую ногу; 1 – поднять ногу вверх, не уронив кольца; 2 – принять и.п. (6 раз). Переодеть кольцо на левую ногу.И.п. – тоже; выполнять те же движения левой ногой (6 раз). Снять кольцо с ноги, взять в правую руку.И.п. – сед, согнуть ноги в коленных суставах, кольцо в правой руке; 1 – поднять ноги, передать кольцо под коленями; 2 – и.п., кольцо в левой руке; 3-4 тоже в другую сторону (8 раза). |
| **Слова** | **Движения** |
| **Припев:** Как охота в сказке оказатьсяНа крылатых пони покататьсяВсе волшебные слова узнать И в гостях у эльфов побывать!Встречу я принцессу или принца, Уложу врагов одним мизинцем,Пролечу по небу на метле,Проскачу в доспехах на коне. | И.п. – сед, ноги прямые, кольцо в обеих руках вверху; 1 – поднять прямую правую ногу вперед, кольцом достать до носка ноги; 2 – и.п.; 3-4 тоже другой ногой ( 8 раза)И.п. – сед, кольцо в обеих прямых руках; 1-8 передвигаться вперед за счет поднимания и опускания бедер и ягодиц; 1-8 тоже назад.Встать на ноги |
| **Проигрыш:**1-4 такты5-8 такты9-12 такты13 – 16 такты | И.п. – о.с., кольцо взять в руки; Вытянуть руки вперед и вращать кольцо (то правая, то левая сверху) – 4 раза.И.п. – тоже; руки согнуты в локтях перед собой, сжимать и разжимать кольцо (8 раз)И.п. – тоже; повторить движения 1-4 тактовИ.п. – тоже; повторить движения 5-8 тактов |

***Приложение № 3***

**Танец «У Лукоморья»**

**под фонограмму «У Лукоморья» (1 мин. 50 сек.)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Слова** | **Движения** |
| **Вступление****1-4 такты**5-8 такты | И.п. – о.с., руки на поясе. На пружинке повороты корпуса вправо и влево, голова прямо (8 раз)И.п. – тоже; 1 – правую ногу в сторону на носок, пяткой вверх; 2 – правую ногу на пятку; 3-8 четыре топающий шага на месте. Тоже в левую сторону. |
| **1 куплет:**У Лукоморья дую зеленый,Златая цепь на дубе том.И днем и ночью кот ученый Все ходит по цепи кругом | И.п. – о.с., руки на поясе; 1 – правую ногу на пятку в сторону, наклониться вправо, руки в стороны ладонями к верху, раскрываясь по дуге внизу; 2 – и.п.; 3-4 – тоже в другую сторону ( 2 раза)И.п. о.с. Ходьба на месте с плавными движениями рук перед собой («Кошка») |
| **Проигрыш:** | И.п. – тоже; 1 – правую ногу в сторону на носок, пяткой вверх; 2 – правую ногу на пятку; 3-8 четыре топающий шага на месте. Тоже в левую сторону. |
| **2 куплет:**Идет направо песнь заводит,Налево – сказку говорит.Там чудеса, там леший бродит,Русалка на ветвях сидит. | И.п. – о.с., руки на пояс; 1 – шаг в правую в сторону с правой ноги, правую руку в сторону; 2 – шаг левой ногой в сторону скрестно перед правой; 3 - шаг правой ногой в сторону; 4 – левую ногу приставить к правой, правую руки на пояс; 5-8 тоже в левую сторону.И.п. – о.с., руки на пояс; 1 – шаг правой ногой в сторону, руки через низ в стороны - вверх; 2 – перенести тяжесть тела на левую ногу, руки через по дуге вниз в стороны- вверх. (4 раза)И.п. о.с., руки в стороны - вниз, кисти рук вверх; 1 – на пружинке перенести правую руку вперед, левую отвести назад; 2 – смена положений рук. (2 раза) |
| **Слова** | **Движения** |
| **Проигрыш:** | И.п. – тоже; 1 – правую ногу в сторону на носок, пяткой вверх; 2 – правую ногу на пятку; 3-8 четыре топающий шага на месте. Тоже в левую сторону. |
| **3 куплет:**Там на неведомых дорожкахСледы невиданных зверей.Избушка там на курьих ножкахСтоит без окон без дверей | И.п. – о.с.; 4 шага вперед, руки вперед.И.п. – о.с., руки веред; 4 шага назад, поочередно сжимая и разжимая правый и левый кулаки.И.п. – о.с., руки «домиком» над головой; на пружинке покачиваться вправо и влево |
| **Проигрыш:** | И.п. – тоже; 1 – правую ногу в сторону на носок, пяткой вверх; 2 – правую ногу на пятку; 3-8 четыре топающий шага на месте. Тоже в левую сторону. |
| **4 куплет:**В темнице там царевна тужит,А бурый волк ей верно служит.Там ступа с бабою ЯгойИдет бредет сама собой.Там царь Кощей над златом чахнет,Там русский дух, там Русью пахнет! | И.п. – о.с. правая рука указательным пальцем к щеке, левая полочкой под правую; на пружинке качаться вправо и влево ( по 4 раза в каждую сторону)И.п. – стойка ноги врозь, руки внизу (как будто держим метлу); перескоки с ноги на ногу на месте (колени в стороны) – 4 раза.И.п. – тоже, выполнять те же движения, поворачиваясь вокруг себя.И.п. – о.с.. Поворот вокруг себя в наклоне, пальцы шевеля.Наклон вперед, правая рука от груди вниз.Встать, поднять руки вверх. |
| **Проигрыш:** | И.п. – тоже; 1 – правую ногу в сторону на носок, пяткой вверх; 2 – правую ногу на пятку; 3-8 четыре топающий шага на месте. Тоже в левую сторону. |

**Находчивость Мудрость**

**Доброжелательность Сила**

**Выносливость Смекалка**

**Сообразительность Доброта**

**Вежливость Быстрота**

**Находчивость Ловкость**

**Отзывчивость Отвага**

**Смелость Взаимовыручка**