МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №12 «Росинка»

Здоровьесберегающая технология

посохранению и стимулированию здоровья

в группе «А» ОН для детей от 4 до 5 лет.

Воспитатели:

Абудалипова Х.С.

Хорошилова Е. И.

г. Мегионп.г.т. Высокий 2015г.

Перспективный план по здоровьесберегающей технологии ( март апрель май)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Сроки** | | **Мероприятия** | **Примечания** |
| Март | С 02. 03 по 06. 03. | 1. **Утренняя гимнастика №12** 2. **Гимнастика после сна №12** 3. **Дыхательная гимнастика «Перышко»** 4. **Пальчиковая игра «Моя семья»**   Этот пальчик – дедушка,  Этот пальчик – бабушка,  Этот пальчик – папочка,  Этот пальчик – мамочка,  Этот пальчик – я,  Вот и вся моя семья.   1. **Динамическая пауза «Лохматый пес»**   Пса изображает один из детей, остальные ходят вокруг него и приговаривают:  Вот лежит лохматый пес,  В лапы свой уткнул свой нос,  Тихо, смирно он лежит,  Не то дремлет, не то спит,  Подойдем к нему, разбудим  И посмотрим, что-то будет…  (Пес просыпается, ловит разбегающихся детей). |  |
| С 09.03 по 13.03 | 1. **Утренняя гимнастика № 12** 2. **Гимнастика после сна № 12** 3. **Дыхательная гимнастика «Пузырики»**.  Пусть малыш сделает глубокий вдох через нос, надует «щёчки – пузырики» и медленно выдыхает через чуть приоткрытый рот. Повторить 2 – 3 раза. 4. **Пальчиковая игра «Пирожки»**   Я купила масло, сахар и муку,  Полкило изюма, пачку творогу.  Пирожки пеку, пеку  Всех друзей я в гости жду.   1. **Динамическая пауза «Мыши»**   (Внутри круга несколько человек - «мыши», остальные водят хоровод).  Ах, как мыши надоели!  Все погрызли, все поели.  Берегитесь же, плутовки,  Доберемся мы до вас.  Вот поставим мышеловки,  Переловим всех сейчас!  (Хоровод останавливается. Руки опускают вниз через одного, а потом то поднимают их, то опускают. «Мыши» пытаются вырваться из круга). |  |
| С 16.03 по 20.03 | 1. **Утренняя гимнастика №13** 2. **Гимнастика после сна №13** 3. **Дыхательная гимнастика «Насосик».**   Ребенокставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.   1. **Пальчиковые игры: «Повстречались»**   Повстречались:Два котенка: «Мяу – мяу!»,  Два щенка: «Ав – ав!»,  Два жеребенка: «И – го – го!»,  Два тигренка: «Р – р – р!»  Два быка: «М –у – у!».  Смотри, какие рога.(Показываем рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы).  **«Пальцевые прятки»**  Обе руки сжаты в кулак. Одновременно происходят два движения: большой палец правой руки поднимается вверх, а мизинец левой руки вытягивается вниз. Затем, опять же одновременно, большой палец правой руки прячется внутрь кулака, правый мизинец вытягивается вниз, а левая рука прячет мизинец и поднимает большой палец вверх.   1. **Динамическая пауза «Бревнышко»**   Туки, туки, туки, тук, топором срубили дуб.  ( Ладони сложены в замок.  Совершать рубящие движения руками).  Мы рубанок в руки взяли и сучки все обстрогали.  ( Ладони сложены и выпрямлены.  Согнутые локти (ладони у живота) выпрямить вперед.  И опять согнуть, приближая ладони к животу).  Вышло гладкое бревно, ох, тяжелое оно.  (Поглаживать себя по бокам, прижимая руки к телу).  Что нам делать? Как нам быть?  Будем мы бревно катить.  От Пети к Маше,  От Маши к Илюше…  (Все садятся на корточки в кружок. Кто-то из детей изображает бревно, ложится, прямые руки прижаты к телу. Ребенок, которого называют по тексту, катит «бревно», соседи по кругу слева и справа могут ему помочь). |  |
| С 23.03 по 27.03 | 1. **Утренняя гимнастика № 13** 2. **Гимнастика после сна №13** 3. **Дыхательная гимнастика«Говорилка».** Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.  Как разговаривает паровозик? Ту – ту – ту - ту.  Как машинка гудит? Би – би. Би – би.  Как « дышит» тесто? Пых – пых – пых.  Можно ещё попеть гласные звуки: о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу. 4. **Пальчиковые игры «Мои веселые пальчики»**   Мои пальчики расскажут, все умеют, все покажут.  Пять их на моей руке, все делать могут, всегда помогут.  Они на дудочке играют, мячик бросают, белье стирают,  Пол подметают, они считают, ласкают,  Мои пальцы на руке.  **«Поклоны»**  Руки согнуты в локтях, пальцы направлены вверх, ладони развернуты друг к другу. Суть этой игры-забавы в том, что разные пальцы правой и левой рук попарно кланяются друг другу, трижды сгибаясь и выпрямляясь, затем те же движения повторяются зеркально.  **«Вилка и розетка»**  Современная игра-забава, по типу движений очень похожая на предыдущую. Одна рука представляет собой электрическую розетку (указательный палец и мизинец вытянуты, средний и безымянный прижаты к ладони, придерживаются большим).Другая рука — вилка (поджаты к ладони указательный и мизинец, вытянуты средний и безымянный). Руки сближаются, вилка «втыкается в розетку». Затем одновременно руки меняются ролями, превращая вилку в розетку, а розетку — в вилку. Превращения повторяются многократно, пока играющий не собьется.   1. **Динамическая пауза«Если нравится тебе, то делай так»**   Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп.(2 раза)  Если нравится тебе, то и другим ты покажи,  Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп.  Если нравится тебе, то делай так: шлеп-шлеп.(2 раза)  Если нравится тебе, то и другим ты покажи,  Если нравится тебе, то делай так: шлеп-шлеп. (по коленям)  Если нравится тебе то делай так: тук-тук.(2 раза)  Если нравится тебе, то и другим ты покажи,  Если нравится тебе, то делай так: тук-тук.  Если нравится тебе то делай так: топ-топ.(2 раза).  Если нравится тебе, то и другим ты покажи,  Если нравится тебе, то делай так: топ-топ.  Если нравится тебе, то делай так: ай-ай.(2 раза)  Если нравится тебе, то и другим ты покажи,  Если нравится тебе, то делай так: ай-ай.  (Качать головой вправо-влево.Руками поддерживать щеки.)  Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп, шлеп-шлеп, тук-тук, топ-топ, ай- ай.(2 раза)  Если нравится тебе, то и другим ты покажи,  Если нравится тебе, то делай так: хлоп-хлоп, шлеп-шлеп, тук-тук, топ-топ, ай-ай.  (Выполнять движения согласно текста). |  |
| Апрель | С 30.03 по 03.04 | 1. **Утренняя гимнастика №14** 2. **Гимнастика после сна №14** 3. **Дыхательная гимнастика«Часики».** Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторять 10–12 раз.. 4. **Пальчиковая игра «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 ясное придет,  Будут птицы щебетать.  Будут пальчики вставать!  **«Замок»** На двери висит замок Кто его открыть бы смог? (Руки в замке) Потянули, ( Пальцы тянем, не разжимая) Покрутили, ( Вращаем руки, пальцы не разжимая) Постучали (Стучим основанием ладоней) И – открыли! ( Руки разжимаются) **«Апельсин»** Мы делили апельсин (Левая рука в кулачке, правая ее обхватывает) Много нас – а он – один Эта долька – для ежа ( Правой рукой поочередно разжимаем пальцы на левой Эта долька – для чижа руке, начиная с мизинчика) Эта долька – для котят Эта долька - для утят Эта долька - для бобра А для волка – кожура! ( Встряхиваем обе кисти)   1. **Динамическая пауза «У оленя дом большой»**   У оленя дом большой, а у зайки маленький  (Руки над головой изображают крышу дома, руки изображают крышу, но опущены вниз к полу.)  Олень сидит, в окошко глядит  (Правым кулаком подпереть щеку; левая рука поддерживает правую).  Зайка по полю бежит (бег на месте).  В дверь к нему стучит: (топать ногами, руки на поясе)  «Тук-тук, дверь открой, (имитация стука в дверь поочередно правой и левой рукой).  Там в лесу охотник злой!» (руки на поясе, поочередно поворачиваться вправо и влево, одновременно поворачивая голову назад).  «Зайка, зайка забегай! Лапку мне скорей давай».  (Зазывные движения рукой.Протянуть руку с открытой ладонью). |  |
| С 06.04 по 10.04 | 1. **Утренняя гимнастика № 14** 2. **Гимнастика после сна № 14** 3. **Дыхательная гимнастика«Трубач»**   И. П.— сидя на стуле, кисти рук сжаты и подняты вверх. Медленный выдох с громким произношением «ф-ф-ф-ф-ф» и опускание рук вниз, далее выполнить вдох (4—5 раз).   1. **Пальчиковые игры «Дружная семейка»**   Раз уселась на скамейке  Наша дружная семейка:  Самой первой села мама,  Рядом – строгий наш отец.  Следом братец и сестрица.  Ну, а мне где поместиться?  **«Сороконожки»** Две сороконожки ( Средний и указательный пальчики перемещаются) Бежали по дорожке. Встретились, (Ладошки друг напротив друга) Обнялись, (Ладошки переплелись) Насилу расстались - (Ладошки разжались) И – попрощались! (Ладошки машут, прощаясь) **«Ладошки»**Ладошки вверх,  Ладошки вниз, А теперь их на бочок И зажали в кулачок. **«Котик**» (действия по смыслу) Котик лапкой умывается Видно, в гости собирается Вымыл носик. Вымыл ротик. Вымыл ухо. Вытер сухо. **Тесто** Тесто мы месили ( Сжимаем кисти рук) Мы пирог лепили ( Ладошки «лепят») Шлеп, шлеп,  Шлеп, шлеп Слепим мы большой пирог! ( разводим руки) **Динамическая пауза: «Мартышки»**  Мы - веселые мартышки, мы играем громко слишком,  Мы в ладоши хлопаем, мы ногами топаем,  Надуваем щечки, скачем на носочках.  И друг другу даже языки покажем.  Дружно прыгнем к потолку, оттопырим ушки,  Ногу поднесем ко рту, хвостик на макушку.  Шире рот откроем, гримасы всем состроим.  Как скажу я «раз, два, три» - все с гримасами замри!»  Раз, два, три.  (Выполнять движения в соответствии с текстом). |  |
| С 13.04 по 17.04 | 1. **Утренняя гимнастика № 15** 2. **Гимнастика после сна № 15** 3. **Дыхательная гимнастика«Дровосек».**   И. П.— стойка ноги врозь. Поднять сцепленные руки вверх — вдох, опустить вниз — медленный выдох с произнесением  «Ух-х-х» (5—6 раз).   1. **Пальчиковые игры «Белочка»**   Поочередно разгибать все пальцы, начиная с  большого. Сидит белка на тележке,  Продает она орешки:  Лисичке-сестричке, Воробью, синичке, Мишке толстопятому, Заиньке усатому.  **«Здравствуй»**  Здравствуй, солнце золотое!  Здравствуй, небо голубое!  Здравствуй, вольный ветерок,  Здравствуй, маленький дубок!  Мы живем в одном краю –  Всех я вас приветствую!  Пальцами правой руки по очереди « здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками   1. **Динамическая пауза: «Зверобика»**   Уселась кошка на окошко и стала лапой ушко мыть.  И мы движение за кошкой рукою можем повторить.  Один, два, три – ну-ка, повтори,  Три, четыре, пять – повтори опять.  (Наклоны головы вправо – влево. Круговые движения ладонью поочередно возле правого и левого уха. Хлопки в ладоши. Круговые движения ладонью поочередно возле правого и левого уха).  Змея ползет лесной тропой, как лента, по земле скользит,  И нам движение такое, рукой легко изобразить.  Один, два, три – ну-ка повтори,  Три, четыре, пять – повтори опять.  (Извивающиеся движения туловищем.Рукой показать волнообразное движение).  Мартышка к нам спустилась с ветки. Мартышка хочет поиграть.  Поскачем, как она, мы, чтобы ее немного поддержать.  Один, два, три – ну-ка повтори,  Три, четыре, пять – повтори опять.  (Имитация спуска по канату.Поскоки на месте). |  |
| С 20.04 по 24.04 | 1. **Утренняя гимнастика № 15** 2. **Гимнастика после сна № 15** 3. **Дыхательная гимнастика «Шары летят»**   *И. П.*— *сидя, сидя за столом.*  Что за праздничный наряд?         Вдох.  Здесь кругом шары летят!           Выдох.  Флаги развеваются!                    Вдох.  Люди улыбаются!                       Выдох.  Воздух мягко набираем,             Вдох.  Шарик красный надуваем.         Выдох.  Пусть летит он к облакам,         Вдох.  Помогу ему я сам!                     Выдох.   1. **Пальчиковые игры «Пальчик-мальчик»**   - Пальчик-мальчик, где ты был?  - С этим братцем в лес ходил,  С этим братцем щи варил,  С этим братцем кашу ел,  С этим братцем песни пел.  На первую строчку показать большие пальцы на обеих руках. Затем поочередно соединять их с остальными пальцами.  **«Рыбки»**  Рыбки весело резвятся  В чистой тепленькой воде.  То сожмутся, разожмутся,  То зароются в песке.  Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.  **Рыбка** Рыбка в озере живет (Ладошки соединены и делают плавные движения) Рыбка в озере плывет Хвостиком ударит вдруг (Ладошки разъединить и ударить по коленкам) И услышим мы – плюх, плюх! (Ладошки соединить у основания и так похлопать)   1. **Динамическая пауза « Танец в кругу»**   Мы сейчас пойдем направо дружно.  А потом пойдем налево дружно.  В центре круга соберемся дружно.  И на место все вернемся дружно.  Мы тихонечко присядем дружно  И немножечко приляжем дружно  (дети складывают руки под щекой).  Мы поднимемся тихонько дружно.  И попрыгаем легонько дружно.  Пусть попляшут наши ноги дружно.  И похлопают ладони дружно.  Повернемся мы направо дружно,  Не начать ли все сначала дружно?  (выполнять движения в соответствии с текстом). |  |
| Май | С 27.04 по 01.05 | 1. **Утренняя гимнастика № 16** 2. **Гимнастика после сна № 16** 3. **Дыхательная гимнастика «Поехали!»**   Завели машину -                         Вдох.  Ш-Ш... Ш-Ш...                         Выдох.  Накачали шину                         Вдох.  Ш-Ш... Ш-Ш...                         Выдох.  Улыбнулись веселей                 Вдох.  И поехали быстрей.  Ш-Ш... Ш-Ш...                         Выдох.   1. **Пальчиковые игры «Улей»**   Вот маленький улей, где пчелы спрятались,  Никто их не увидит.  Вот они показались из улья.  Одна, две, три, четыре, пять! Ззззз!  Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели.  **«Раз, два, три, четыре, пять!»**  Раз, два, три, четыре, пять!  Вышли пальчики гулять!  Этот пальчик – в лес пошел,  Этот пальчик гриб нашел,  Этот пальчик – чистить стал,  Этот пальчик – резать стал,  Этот пальчик – все съел,  Оттого и потолстел.   1. **Динамическая пауза «Петрушка»**   Стоит в лесу избушка  (руки над головой изображают крышу дома)  А в ней живет Петрушка  (движения, имитирующие игру на дудочке)  К нему идут зверушки (ходьба)  Попрыгать, поиграть (прыжки)  Олени, носороги (скрещивание рук над головой)  Медведи из берлоги (переступание с ноги на ногу)  Приходят друг за дружкой (ходьба)  Попрыгать поиграть (прыжки)  Косули и еноты, ежи и бегемоты (выполнять пружинку)  Идут после охоты (ходьба)  Попрыгать, поиграть (прыжки)  Малиновка, овсянка, живая обезьянка  (ритмичные взмахи руками, покачивание туловища вправо-влево; руки согнуть в локтях, ладони открыть)  У всех одно и то же – попрыгать, поиграть (прыжки)  Стоит в лесу избушка, а в ней живет Петрушка.  К нему идут зверушки попрыгать, поиграть. |  |
| С 04.05 по 08.05 | 1. **Утренняя гимнастика № 16** 2. **Гимнастика после сна № 16** 3. **Дыхательная гимнастика «Ветер»**   *И. П.*— *сидя на гимнастической скамейке, стуле.*  Ветер сверху набежал,                *Вдох.*  Ветку дерева сломал: «В-В-В!»   *Выдох.*  Дул он долго, зло ворчал            *Вдох.*  И деревья все качал: «Ф-Ф-Ф».   *Выдох.*   1. **Пальчиковые игры «Черепаха»**   Вот моя черепаха, она живет в панцире.  Она очень любит свой дом.  Когда она хочет есть, то высовывает голову.  Когда хочет спать, то прячет её обратно.  Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно.  **«Лодочка»**  Две ладошки прижму И по морю поплыву.  Две ладошки, друзья, - Это лодочка моя.  Паруса подниму,  Синим морем поплыву.  А по бурным волнам  Плывут рыбки тут и там.  На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок.   1. **Динамическая пауза: «Хомячок»**   Хомка, хомка, хомячок – полосатый бочок.  (Руки на поясе, выполнять повороты вправо – влево.Поднять левую руку вверх, правой рукой поглаживать левый бок и наоборот).  Хомка раненько встает, щечки моет, шейку трет.  Подметает Хомка хатку и выходит на зарядку.  Раз-два-три-четыре-пять – хочет Хомка сильным стать!  (Выполнять движения в соответствии с текстом). |  |
| С 11.05 по 15.05 | 1. **Утренняя гимнастика № 17** 2. **Гимнастика после сна № 17** 3. **Дыхательная гимнастика «Филин»**   *И. П.*— *сидя на гимнастической скамейке, стуле.*  Сидит филин на суку                 *Вдох.*  И кричит: «Бу-бу-бу!»                *Выдох.*   1. **Пальчиковые игры «Капуста»**   Мы капустку рубим, рубим,  Мы капустку солим, солим,  Мы капустку трем, трем,  Мы капустку жмём, жмём.  Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.  **«Мы рисовали»**  Мы сегодня рисовали, Наши пальчики устали.  Наши пальчики встряхнем, Рисовать опять начнем.  Плавно поднять руки перед собой, встряхивать кистями.  **«Мышонок»**  Этот мышонок в норке сидит,  Этот мышонок в поле бежит,  Этот мышонок колосья считает,  Этот мышонок зерно собирает,  Этот мышонок кричит:  «Ура, все собирайтесь, обедать пора!»   1. **Динамическая пауза «Огород»**   Мы лопатки взяли, грядки раскопали.  Раз – два, раз – два – вот как раскопали.  Грабли в руки взяли, грядки причесали.  Раз – два, раз – два – вот как причесали.  Семена рядами в землю мы сажали.  Раз – два, раз – два – вот как мы сажали.  Мы водой прохладной грядки поливали.  Раз – два, раз – два – вот как поливали.  Урожай богатый дружно собирали.  Раз – два, раз – два вот как собирали.  (Полуприседания влево – вправо с отводом руки).  Хоровод и песни сами затевали.  Раз – два, раз – два вот как затевали.  (Левая рука на поясе; правая отведена в сторону – поворот вправо.Правая рука на поясе; левая отведена в сторону – поворот влево). |  |
| С 18.05 по 22.05 | 1. **Утренняя гимнастика № 17** 2. **Гимнастика после сна № 17** 3. **Дыхательная гимнастика «Шарик красный»**   *И. П.*— *сидя на гимнастической скамейке, стуле.*  Воздух мягко набираем,               *Вдох.*   Шарик красный надуваем.            *Выдох.*  Шарик тужился, пыхтел,             *Вдох.*   Лопнул он и засвистел: «Т-сс!»   *Выдох.*   1. **Пальчиковые игры «Пять пальцев»**   На моей руке пять пальцев,  Пять хватальцев, пять держальцев.  Чтоб строгать и чтоб пилить,  Чтобы брать и чтоб дарить.  Их не трудно сосчитать:  Раз, два, три, четыре, пять!  Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках.  **«Маленький мизинчик»**  Маленький мизинчик,  Горько – горько плачет,  Безымянный говорит:  «Что все это значит?»  Средний палец очень гордый  Разговаривать не хочет.  Указательный спросил:  «Может кушать хочет?»  А большой бежит, бежит,  Тащит риса ложку,  Говорит: «Не плачь, малыш,  На, поешь немножко».   1. **Динамическая пауза «Две лягушки»**   Видим, скачут по опушке две зеленые лягушки.  (Руки на поясе.Полуприседания вправо – влево).  Прыг – скок, прыг – скок, прыгать с пятки на носок.  (Переступание с носка на пятку).  На болоте две подружки, две зеленые лягушки.  (Руки на поясе.Полуприседания вправо – влево).  Утром рано умывались, полотенцем растирались.  Ножками топали, ручками хлопали.  Вправо наклонялись, влево наклонялись.  (Выполнять движения в соответствии с текстом).  Вот здоровья в чем секрет, всем друзьям физкульт привет!  (Ходьба на месте). |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **«Не плачь куколка моя»**  Не плачь, куколка моя, (имитируем укачивание куклы)  Остаешься ты одна.  Не могу с тобой играть,  Нужно мне перестирать: (загибаем поочередно пальцы)  Твои платья и носки,  Твои юбки и чулки,  Свитер, варежки, жакет,  Шапочку, цветной берет.  Я налью воды чуток, (выполнять движения по тексту)  В таз насыплю порошок.  Пену снежную взобью,  Постираю и пойду.  Пока светит солнышко,  Натяну веревочку.  К ней одежду прикреплю,  Ветерком все просушу.  Утюгом туда – сюда  Белье быстро глажу я.  Поработали вдвоем, (кладем руки на колени)  А теперь и отдохнем.  Мой Мизинчик, где ты был?  С Безымянным щи варил,  А со Средним кашу ел,  С Указательным запел.  А Большой меня встречал  И конфетой угощал.  Указательный на правой  Вел в поход нас всей оравой.  Средний брат несет рюкзак,  Безымянный ходит так,  А Мизинец стал играть:  Братьев слушать приглашать.  Правый же Большой плясал.  И на танец приглашал.  Раз – два – три –четыре – пять.  Ивану – большаку – дрова рубить,  Ваське – указке – воду носить,  Мишке – среднему – печку топить,  Гришке – сиротке – кашу варить,  А крошке – Тимошке – песенки петь.  Песни петь и плясать,  Родных братьев потешать | **«Будем считать»**  Раз, два, три, четыре, пять,  Будем пальцы мы считать,  Пять на правой, пять на левой,  Знают это Таня с Севой.  Вместе будет их десяток,  Дружных, крепеньких ребяток.  Дел у каждого – сполна!  Мы дадим им имена.  Вот – большой, или Большак.  Помогать он всем мастак!  Живёт отдельно от других.  Работать может за троих!  За ним стоит Указка.  Его конёк – подсказка.  Он нам без промедленья  Укажет путь к варенью.  Вот – середняк, или средний,  Он третий, не последний.  Спокойный, очень сильный,  Как богатырь, былинный.  Четвёртый – Сиротинка,  Без имени детинка,  С напёрстком оловянным  Завётся безымянным.  А пятый – Коротышка,  Проказливый мальчишка,  Шалун и привереда,  Мизинчик – непоседа!  **«Гном»**  Кто живёт под потолком? –  Гном! (кончики пальцев соединяем над головой, изображая крышу)  У него есть борода? – Да! (ладони прижимаем к щекам и подбородку в том месте, где должна быть борода)  А манишка и жилет? – Нет! (разводим руки в стороны)  Как встаёт он по утрам? –  Сам! (руки в боки)  Кто с ним утром кофе пьёт? –  Кот! (указательными пальцами «рисуем» на лице усики)  И давно он так живёт? – Год! (указательным пальцем показываем «единичку»)  Кто с ним бегает по крыше? –  Мыши! («бегаем» пальчиками по столу или по ногам)  Он капризничает, да? –  Ни-ког-да! (качаем головой из стороны в сторону)  Ну и как его зовут? – Скрут! (пальцы скручиваем в «замок») |