**ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ – ИГРЫ**

**«Как живешь?»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| – Как живешь?  – Вот так!  – Как идешь?  – Вот так!  – Как бежишь?  – Вот так!  – Ночью спишь?  – Вот так!  – Как берешь?  – Вот так!  – А даешь?  – Вот так!  – Как шалишь?  – Вот так!  – Как грозишь?  – Вот так! | *Показываем большие пальцы обеих рук, держа их вверх.*  *Маршируем.*  *Бег на месте.*  *Ладошки соединяем вместе и кладем на них голову.*  *Прижимаем ладошку к себе.*  *Ладошку от себя вперед.*  *Надуваем щечки и кулачками мягко ударяем по ним.*  *Погрозить пальцем вперед или друг другу.* |

**«Если нравится тебе, то делай так…»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Текст** | | **Описание движений** |
| **1-й**  **куплет** | Если нравится тебе,  то делай так…  Если нравится тебе,  то делай так…  Если нравится тебе,  то ты другому покажи.  Если нравится тебе,  то ты скажи:  «Хо-ро-шо!» | *2 раза хлопаем в ладоши.*  *2 раза хлопаем в ладоши.*  *Руки на поясе. В такт музыке выполняем приседания с поворотом влево и вправо.*  *Хором произносим:*  *«Хо-ро-шо!»* |
| **2-й**  **куплет** | Если нравится тебе,  то делай так…  (*Далее идет текст, как в первом куплете.*) | *Руки на поясе.*  *Топаем на месте: раз-два.*  *Руки на поясе. В такт музыке выполняем приседания с поворотом влево и вправо.* |
| **3-й куплет** | Если нравится тебе,  то делай так…  (*Далее идет текст, как в первом куплете*.) | *Руки на поясе.*  *Наклоняем голову влево-вправо.*  *Руки на поясе. В такт музыке выполняем приседания с поворотом влево и вправо.* |
| **4-й куплет** | Если нравится тебе,  то делай так…  (*Далее идет текст, как в первом куплете*.) | *Руки на поясе.*  *Большие наклоны влево-вправо.*  *Руки на поясе. В такт музыке выполняем приседания с поворотом влево и вправо.* |

**«Буги-Вуги»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Текст** | | **Описание движений** |
| 1 | 2 | 3 |
| **1-й**  **куплет** | Руку правую вперед,  а потом ее назад,  А потом – наоборот  и немного потрясем.  Мы танцуем «Буги-Вуги»,  поворачиваясь в круге,  И в ладоши хлопаем  вот так: раз-два! | *Дети стоят в кругу лицом друг к другу.*  *Движения выполнять по содержанию текста.*  *Пританцовывая, поворачиваемся вокруг себя на месте.*  *2 раза хлопаем в ладоши.* |
| **Припев:** | Буги-Вуги  O’key!  Буги-Вуги  O’key!  (Припев повторяем 2 раза.) | *Двигаемся вперед.*  *Показываем большие пальцы обеих рук, выставляя при этом правую ногу вперед на пятку.*  *Двигаемся вперед.*  *Показываем большие пальцы обеих рук, выставляя при этом правую ногу вперед на пятку.* |
| **2-й**  **куплет**  **Припев:** | Руку левую вперед,  а потом ее назад,  А потом – наоборот  и немного потрясем.  Мы танцуем «Буги-Вуги», поворачиваясь в круге.  И в ладоши хлопаем  вот так: раз-два!  (Тот же.) | *Движения выполнять по содержанию текста.*  *Пританцовывая, поворачиваемся вокруг себя на месте.*  *2 раза хлопаем в ладоши.*  *Движения те же.* |
| **3-й**  **куплет**  **Припев:** | Ногу правую вперед,  а потом ее назад,  А потом – наоборот  и немного потрясем.  Мы танцуем «Буги-Вуги», поворачиваясь в круге.  И в ладоши хлопаем  вот так: раз-два!  (Тот же.) | *Движения выполнять по содержанию текста.*  *Пританцовывая, поворачиваемся вокруг себя на месте.*  *2 раза хлопаем в ладоши.*  *Движения те же.* |

*Окончание табл.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 |
| **4-й**  **куплет**  **Припев:** | Ногу левую вперед,  А потом ее назад,  А потом – наоборот  И немного потрясем.  Мы танцуем «Буги-Вуги», Поворачиваясь в круге.  И в ладоши хлопаем  Вот так: раз-два!  (Тот же) | *Движения выполнять по содержанию текста.*  *Пританцовывая, поворачиваемся вокруг себя на месте.*  *2 раза хлопаем в ладоши.*  *Движения те же.* |

**«Зайка»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Текст** | | **Описание движений** |
| 1 | 2 | 3 |
| **1-й**  **куплет** | Ну-ка, зайка, выходи!  Ну-ка, серый, выходи!  Зайка, зайка, попляши,  Ну-ка, серый, попляши! | *Правой рукой выполняем зазывающие движения.*  *Левой рукой выполняем зазывающие движения.*  *Руки в стороны, пританцовывая, поворачиваемся вокруг себя в правую сторону.*  *Руки в стороны, пританцовывая, поворачиваемся вокруг себя в левую сторону.* |
| **2-й**  **куплет** | Ручками похлопай,  Ножками потопай  И немножко покружись,  Всем нам низко поклонись. | *Движения выполнять по содержанию текста.* |
| **3-й**  **куплет** | Зайка, зайка, берегись,  Под кусточком – хитрый лис.  Хочет зайку он схватить,  Хочет зайку изловить. | *Грозим правой рукой,*  *Грозим левой рукой.*  *Обнимаем себя обеими руками.*  *Повторяем движение.* |
| **4-й**  **куплет** | Зайка, ушки навостри  И в избушку побеги,  Спрячься дома у себя, –  Не поймает лис тебя. | *Ладошками изображаем «ушки на макушке».*  *Бег на месте.*  *Приседаем на месте, руки на колени, голова опущена.*  *Правую руку поднимаем вверх и опускаем вниз.* |

**«У оленя дом большой»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| У оленя дом большой,  Он сидит, глядит в окошко.  Зайка по полю бежит,  В дверь к нему стучит:  «Тук-тук, дверь открой,  Там в лесу охотник злой».  «Зайка, зайка, забегай!  Лапку мне давай». | *Руки над головой – изображаем крышу дома.*  *Правым кулачком подпираем щёчку; левой рукой поддерживаем правую.*  *Бег на месте.*  *Топот ногами, руки на поясе.*  *Имитация стука в дверь поочередно правой и левой рукой.*  *Руки на поясе, поочередно поворачиваемся вправо и влево, одновременно поворачивая голову назад.*  *Зазывные движения рукой.*  *Протягиваем руки с открытой ладонью.* |

**«Весёлые мартышки»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| Мы – весёлые мартышки,  Мы играем громко слишком,  Мы в ладоши хлопаем,  Мы ногами топаем,  Надуваем щёчки,  Скачем на носочках  И друг другу даже  Язычки покажем.  Дружно прыгнем к потолку,  Пальцы поднесём к виску,  Оттопырим ушки,  Хвостик – на макушке.  Шире рот откроем,  Гримасы все состроим.  Как скажу я цифру «три» –  Все с гримасами замри!  «Раз-два-три!» | *Движения выполнять по содержанию текста.* |

**«Зверобика»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Текст** | | **Описание движений** |
| 1 | 2 | 3 |
| **1-й**  **куплет** | Уселась кошка на окошко.  И стала лапкой ушко мыть.  И мы движение за кошкой  Рукою можем вам изобразить.  1, 2, 3 – ну-ка, повтори.  3, 4, 5 – повтори опять. | *Наклоны головы вправо-влево.*  *Круговые движения ладошкой поочередно возле правого и левого уха.*  *Хлопки в ладоши.*  *Круговые движения ладошкой поочередно возле правого и левого уха.* |
| **2-й**  **куплет** | Змея ползет лесной тропой,  Как лента по земле скользит.  И мы движение такое  Рукою можем вам изобразить.  1, 2, 3 – ну-ка, повтори.  3, 4, 5 – повтори опять. | *Извивающие движения туловищем.*  *Рукой показываем такое движение.*  *Волнообразные движения рукой.* |
| **3-й**  **куплет** | Мартышка к нам спустилась с ветки.  Мартышка хочет погулять.  Ведь обезьяны – наши предки,  А предков, дети, надо уважать!  1, 2, 3 – ну-ка, повтори,  3, 4, 5 – повтори опять. | *Имитация движения спуска по канату.*  *Подскок на месте.*  *Имитация движения спуска по канату* |

**«На бабушкином дворе»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| Лады, лады, ладушки.  Едем в гости к бабушке.  К нашей милой бабушке,  Бабушке-Забавушке.  Едут к ней ребятушки,  Милые внучатушки. | *Дети двигаются друг за другом или врассыпную дробным топающим шагом.* |
| Вот идет петушок,  Гордо поднял гребешок.  Красная бородка,  Важная походка. | *Дети идут, высоко поднимая ноги, с хорошо оттянутым вниз носком («носочек смотрит вниз»). Корпус следует держать прямо, голову слегка поднять. Руки расправлены и несколько отведены назад. Дети активно «машут крыльями» – поднимают и опускают руки.* |
| Вышла курочка гулять,  Свежей травки пощипать. | *Дети идут на носках, сложив руки за спиной.* |
| А за ней ребятки –  Жёлтые цыплятки. | *Легкий бег, руки отведены назад, «помахивание», как «крылышками», кистями рук.* |
| Вот козлёнок озорной  Вдруг затряс бородой,  Головой качает,  Рожками пугает. | *Дети подпрыгивают, отталкиваются одной ногой от пола, делают небольшие повороты головой вправо-влево, прижимают к голове указательные пальцы рук, имитируя рожки козлёнка.* |
| Кошка очень хороша,  Ходит мягко, не спеша. | *Дети идут мягким пружинистым шагом* |
| Сядет, умывается,  Лапкой вытирается. | *Образное движение «кошка умывается»* |
| Вот щенок озорной.  Он с лохматой головой,  Бегает и лает,  Во дворе играет. | *Дети выполняют легкий «пружинистый» бег (можно с небольшим покачиванием из стороны в сторону – «озорной»); руки согнуты в локтях перед грудью (как «лапки» у собачки), кисти свободные; голова («мордочка» у собаки) приподнята* |

*Окончание табл.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| Уточка-голубушка  По двору идёт.  Уточка вразвалочку  Деточек ведёт. | *Дети идут шагом, слегка раскачиваясь; руки сложены за спиной, как крылышки.* |
| Вот весёлые ребятки,  Розовые поросятки. | *Дети стоят на месте, руки у них согнуты в локтях;* |
| У них носик пятачком,  Хвостики торчат крючком. | *с легкими полуприседаниями делают быстрые развороты бедрами вправо и влево.* |
| Цок, цок, цок, цок,  Вот лошадка-серый бок. | *Обыкновенный шаг с высоким подниманием ноги.*  *Сгибая в локтях руки с «уздечкой», дети держат их перед грудью или вытягивают перед собой.* |
| Начала она скакать,  Приглашает поиграть! | *Бег, колени поднять высоко, носочек ноги оттянуть, корпус слегка отклонить назад.* |
| Лады, лады, ладушки.  Где были?  – У бабушки!  Нас бабуся привечала,  Всех ребяток угощала. | *Дети идут друг за другом или двигаются врассыпную.* |
| До свиданья, бабушка,  Бабушка-Забавушка! | *Дети помахивают рукой, прощаясь с бабушкой.* |

**«Лесные жители»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| Добрый лес, старый лес.  Полон сказочных чудес!  Мы идём гулять сейчас  И зовём с собою вас! | *Широко разводим руки в стороны.*  *Повороты вправо-влево с вытянутыми руками.*  *Ходьба.* |
| Ждут вас на лесной опушке  Птички, бабочки, зверюшки, | *Присесть.*  *Медленно поднимаемся, повороты вправо-влево с вытянутыми руками.* |
| Паучок на паутинке, | *Пальцами правой руки выполняем от плеча левой руки перебирающие движения вниз.* |
| И кузнечик на травинке! | *Пальцами левой руки выполняем от плеча правой руки перебирающие движения вниз.* |
| Мышка, мышка,  Серое пальтишко.  Мышка тихо идёт,  В норку зёрнышко несёт. | *Мягкий пружинистый шаг, спина слегка прогнута вперед, «лапки» перед грудью.* |
| А за мышкой шёл медведь,  Да как начал он реветь:  «У-у! У-у!  Я вразвалочку иду!» | *Руки полусогнуты в локтях, ладошки соединены ниже пояса. Ноги на ширине плеч. Переступание с ноги на ногу. Раскачивание туловищем из стороны в сторону* |
| А весёлые зайчата –  Длинноухие ребята –  Прыг да скок, прыг да скок,  Через поле за лесок. | *Прыжки. Ладошки прижать к голове, изображая «ушки на макушке».* |
| Шёл по лесу серый волк,  Серый волк – зубами щёлк!  Он крадётся за кустами,  Грозно щёлкает зубами! | *Широкий, пружинистый шаг с чуть наклоненным вперед корпусом. Руки попеременно вынести вперед.* |
| Вот лягушка по дорожке  Скачет, вытянувши ножки.  По болоту скок-скок-скок,  Под мосток – и молчок. | *Ноги на ширине плеч. Прыжки с продвижением вперед.* |
| Ой, ты дедушка – ежок,  Не ходи на бережок!  Там промочишь ножки,  Теплые сапожки! | *Легкий неторопливый бег на носках. Руки согнуты в локтях и прижаты к груди, голова опущена.* |

*Окончание табл.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| Ищут маму медвежата,  Толстопятые ребята,  Неуклюжие, смешные,  Все забавные такие. | *Ноги на ширине плеч. Переступание с ноги на ногу. Раскачивание туловищем из стороны в сторону.* |
| В воздухе над лужицей  Стрекозы быстро кружатся.  Взлетают и садятся,  На солнышке резвятся. | *Бег чередуется с остановками. Во время остановок – присесть.* |
| Вот ползёт сороконожка  По тропинке на дорожку.  Спинка изгибается,  Ползёт-переливается. | *Дети двигаются друг за другом, держа руки на поясе или на плечах впереди стоящего.* |
| Нес однажды муравей  Две травинки для дверей:  На полянке, под кустом,  Муравьишка строит дом. | *Пружинистый шаг, руки сложены «топориком» на плече.* |
| Птички в гнёздышках проснулись,  Улыбнулись, встрепенулись:  «Чик-чирик, всем привет!  Мы летаем выше всех!» | *Легкий бег врассыпную; птички чистят крылышки; машут хвостиком (руки сзади, ладошками друг к другу), легко прыгают.* |
| До свиданья, старый лес,  Полный сказочных чудес! | *Помахивание рукой.*  *Поворот вправо-влево с вытянутыми руками*  *Ходьба.* |
| По тропинкам мы гуляли,  На полянке поскакали,  Подружились мы с тобой,  Нам теперь пора домой. | *Прыжки.*  *Широко разводим руки в стороны.*  *Ходьба.* |

**«Заводные игрушки»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| Посмотрите, в магазине  Все игрушки на витрине:  Заводные зайчики,  Куколки и мячики,  Пушистые котята, | *Широко разводим руки в стороны.*  *Повороты вправо-влево с вытянутыми руками.* |
| Матрёшки, медвежата –  Все на полочках сидят,  С нами поиграть хотят.  Вот солдатики стоят,  Начинается парад! | *Присесть.*  *Прыжки.*  *Исходное положение – стойка «смирно».* |
| Раз, два, три, четыре, пять –  Начинаем мы шагать. | *Дети маршируют друг за другом или двигаются врассыпную.* |
| Вот бегут машины,  Шуршат своими шинами.  Жёлтые и красные –  Все такие разные. | *Выполняют дробный топающий шаг с продвижением вперед. Спина прямая, голову низко не опускать, ноги согнуть в коленях.* |
| Бум-бум, тра-та-та!  Барабан гремит с утра –  Зайчики играют,  Лапкой ударяют. | *Дети имитируют игру на барабане.*  *Выполнить легкие прыжки на двух ногах (то на одной, то на другой ноге попеременно).* |
| Медвежонок взял гармошку,  Поиграть решил немножко.  Раз, два! Поворот…  Он танцует и поёт. | *Дети стоят на слегка расставленных и согнутых в коленях ногах. Имитируют руками игру на гармошке – «сдвигают и растягивают меха» «гармони». Затем не спеша, пружиня в коленях и перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, кружатся вокруг себя.* |
| Вот матрёшки-крошки, | *Руки на поясе, полуприседания с поворотом вправо-влево.* |
| Пёстрые одежки,  Яркие платочки. | *Руками держим «кончики платочков», выполняя наклоны вправо-влево.* |
| Розовые щёчки. | *Трем щёчки.* |
| Вот забавная мартышка,  Обезьяна-шалунишка.  Раз и два, опять наклон!  Хочет поиграть хвостом! | *Руки сгибаем в локтях, развернув ладошки наружу и растопырив пальчики. Дети выполняют наклоны в одну и в другую стороны.* |

*Окончание табл.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| Вот утята – малыши,  Тоже очень хороши.  Жёлтые головки  Наклонили ловко. | *Дети наклоняются вперед и выпрямляются. Руки – «крылышки» находятся за спиной, голова при наклоне не опускается.* |
| Эй, скорее посмотри!  Куклы танцевать пошли.  Ножки выставляют,  В гости приглашают. | *Руки слегка отвести в стороны и раскрыть ладошками наружу. Поочередно выставлять на пяточку то правую, то левую ногу.* |
| Вот какой весёлый мячик,  Так и скачет, так и скачет!  Мне б его скорей поймать,  Чтобы снова поиграть. | *Прыжки.* |
| Всех красивей паровоз:  Две трубы и сто колес.  Ну а едут в нем игрушки –  Куклы, зайчики, петрушки. | *Дети имитируют движение паровозика, выполняя дробный топающий шаг с продвижением вперед.* |

**«Мы играем»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| Мы играем целый день,  Целый день играть не лень.  Ты, смотри, не отставай,  Все за нами повторяй. | *Руки на поясе. Выполняем полуприседания с поворотом вправо-влево* |
| Мы поднимем руки вверх,  Сразу станем выше всех. | *Дети идут на носках, руки поднимают вверх.* |
| Вот идет подъемный кран,  Перевозит грузы сам.  Руки ниже опусти  И достанешь до земли.  Тихо-тихо мышь идет,  Потому что рядом кот.  Неваляшки-малыши  Даже очень хороши.  Низко наклоняются,  Звоном заливаются.  Гоп-гоп, конь живой,  С настоящей головой,  С настоящей гривой,  Вот какой красивый.  Пони бегает по кругу,  Улыбнется мне, как другу.  Если очень захочу –  Вместе с пони поскачу.  На колени руки сложим,  На кого же мы похожи?  Это карлик-старичок,  Он согнулся, как крючок.  Вот шагает великан,  Как большой подъемный кран.  Рощу, речку и луга  Он пройдет за два шага. | *Выполнять движение на пятках, руки убрать за спину, сложив «замочком».*  *Дети, полуприсев, выполняют движение «гусиного» шага.*  *Дети двигаются мягким шагом на носках, слегка прогнув спину, показывая всем животик, и в шаге выше обычного приподнимют колени.*  *Ноги слегка расставить, шаг небольшой (на всей ступне), руки согнуть в локтях, а кисти положить на плечи. Дети идут, раскачиваясь из стороны в сторону.*  *Дети сгибают в локтях руки («берут вожжи»), идут, высоко поднимая ноги, красиво оттянув носочек.*  *Бег с высоким подниманием ног. В руках воображаемые вожжи, корпус слегка отклонить назад.*  *Ноги расставить на ширину плеч и согнуть в коленях. Тяжесть тела дети переносят с одной ноги на другую, при этом ноги в коленях не выпрямляют.*  *Дети двигаются широким шагом, руками, свободно раскачивающимися вдоль корпуса, помогают движению.* |

*Окончание табл.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| Шел по лесу добрый гном  С разноцветным колпачком.  Шел и песню напевал,  И вразвалочку шагал.  Двурогий верблюд  По пустыне идёт,  Шагает достойно,  Поклажу несёт.  Вот шагает добрый слон,  Всем на свете шлёт поклон.  Вот олень – красавец стройный,  Благородный и спокойный.  У него рога ветвисты,  Ноги тонки, ноги быстры.  Мы играем целый день,  Целый день играть не лень. | *Дети идут вразвалочку; руки сложены «топориком» на плече.*  *Дети выполняют шаг с небольшим наклоном корпуса и легким раскачиванием туловища вперед-назад.*  *Дети двигаются не спеша, размеренно, слегка увеличив длину шага. Руки находятся за спиной. В такт каждому шагу ребенок слегка покачивает головой.*  *Дети шагают, высоко поднимая ноги.*  *Слегка согнутые в локтях руки дети поднимают над головой, кисти с раскрытыми пальцами красиво разворачивают ладошками в стороны.*  *Бег с высоким подниманием ног.*  *Руки на поясе. Выполнить полуприседания с поворотом вправо-влево.* |

**«В гости к Винни-Пуху»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| Кто в гости ходит по утрам,  Тот поступает мудро.  Пусть солнце светит  только нам, | *Дети двигаются бодрым шагом. Руки свободны, дети раскачивают руками вдоль корпуса, помогая себе при ходьбе.* |
| И ясным будет утро!  Веселым будет утро! |  |
| Здравствуй, милый Пятачок.  Ты опять спешишь, дружок?  По тропинке пробеги,  Только под ноги смотри. | *Дети выполняют легкий бег на носках. Руки сгибают в локтях и слегка прижимают к груди.* |
| Добрый наш Иа-Иа,  Что-то грустный ты с утра –  Как печально ты вздыхаешь,  Головой своей качаешь! | *Дети стоят, убрав руки за спину. Выполняют повороты туловищем вправо-влево, слегка покачивая головой.* |
| Ну а этот умный кролик,  Он морковкой нас накормит.  Приглашает поиграть,  В огороде поскакать. | *Легкие прыжки.* |
| Это – мудрая сова,  Только спит она с утра.  Ночью совушка летает,  Своим криком всех пугает. | *Дети, как крыльями, машут руками вверх-вниз. Движения рук мягкие, плавные.* |
| Рано-рано поутру  Скачет крошка Кенгуру.  Посмотрите, как он скачет:  Вправо, влево, будто мячик! | *Дети выполняют прыжки с продвижением вперед или на месте с разворотом корпуса вправо-влево.* |
| Посмотрите, Тигра мчится,  Хочет с нами подружиться.  Приглашает поразмяться  И вприпрыжку пробежаться. | *Дети выполняют широкий пружинистый бег.* |
| Добрый мишка Вини-Пух,  У него отличный слух.  Он нас в гости поджидает,  Танцевать всех приглашает. | *Дети кружатся «вразвалочку» на слегка расставленных в стороны и согнутых в коленях ногах.* |

*Окончание табл.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| У Вини-Пуха есть пыхтелки,  Вздыхалки, фыркалки, сопелки.  Наш Пух советует друзьям:  «Ходите в гости по утрам!»  Тарам-парам, тарам-парам,  Ходите в гости по утрам. | *Бодрый шаг.* |

**«Весёлый зоосад»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Текст** | **Описание движений** |
| 1 | 2 |
| Мы шагаем в зоосад,  Побывать там каждый рад! | *Ходьба.* |
| Там медведи и пингвины,  Попугаи и павлины.  Там жирафы и слоны,  Обезьяны, тигры, львы. | *Повороты вправо-влево с вытянутыми руками.* |
| Все мы весело играем  И движенья выполняем. | *Руки на поясе. Полуприседания с поворотом вправо-влево.* |
| Это – лев. Он царь зверей,  В мире нет его сильней.  Он шагает очень важно,  Он красивый и отважный. | *Дети идут неторопливо, размеренно, с гордо поднятой головой. Шаг выполняют грациозно, с легким подъемом ноги на носок и небольшим разворотом туловища. Руки находятся на поясе.* |
| А смешные обезьяны  Раскачали так лианы, | *Исходное положение: стоя на месте ноги на ширине плеч руки с расставленными в стороны пальцами согнуты в локтях, дети выполняют небольшие полуприседания.* |
| Что пружинят вниз и вверх  И взлетают выше всех! | *Прыжки с хлопками над головой.* |
| А вот добрый, умный слон. | *Дети ставят ноги на ширине плеч, руки сгибают в локтях, приподнимают и разводят в стороны.* |
| Посылает всем поклон,  Он кивает головой  И знакомится с тобой. | *Пальцы рук прижимать к голове. Дети выполняют наклоны туловищем вперед-вправо, вперед-влево.* |
| Лапку к лапке приставляя,  Друг за другом поспевая,  Шли пингвины дружно в ряд,  Словно маленький отряд. | *Дети двигаются мелким семенящим шагом на прямых, ненапряженных ногах. При этом пятку приставляют к пятке; носки разведены в стороны, руки опущены и прижаты к туловищу, корпусом слегка раскачивают вправо-влево.* |
| Кенгуру так быстро скачет,  Словно мой любимый мячик. | *Дети сгибают в локтях руки и начинают выполнять легкие прыжковые движения: вправо-влево, вперед-назад.* |
| Вправо-влево, поворот,  Прыжок назад, потом вперёд. | *Движения соответствуют тексту.* |

*Окончание табл.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |
| Мишка головой мотает,  К себе в гости приглашает.  Он вразвалочку идет,  Танцевать с собой зовет. | *Ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты. Руки, согнутые в локтях, нужно поднять до уровня плеч. Приподнимая то правую, то левую ногу, дети раскачиваются из стороны в сторону.* |
| Вот змея, она пугает | *Волнообразные движения правой рукой.* |
| И к себе не подпускает. | *Волнообразные движения левой рукой.* |
| По земле ползет она,  Извивается слегка. | *Волнообразные движения туловищем.* |
| Вот павлин. Он чудо-птица  И всегда собой гордится.  Выступает ровно, прямо.  Смотрит гордо, величаво! | *Дети убирают руки за спину, поворачивают голову в одну, затем в другую сторону, двигаются грациозно, мягко переступают, вытянув носочек, с одной ноги на другую.* |
| Пони бегает, резвится,  Хочет с нами подружиться.  И в тележке расписной  Покатает нас с тобой. | *Выполняют движения легкого бега с высоким подъемом ног.* |
| Вот и вечер наступает,  Зоосад наш засыпает,  Засыпает до утра,  Нам уже домой пора. | *Ходьба.* |