

«Здравствуйте, ладошки»

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=4&v=LgeOfVYpWq4&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=4&v=LgeOfVYpWq4&feature=emb_logo)

Зарядка для малышей

<https://www.youtube.com/watch?v=73vNBX1lxVw>

Побежали ножки

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=60&v=4TpLfBoFBAE&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=60&v=4TpLfBoFBAE&feature=emb_logo)



## 7-8 ГДЕ ЖЕ РУЧКИ

Где же, где же наши ручки,  
наши ручки, наши ручки? (2 раза)  
Вот ручки, наши ручки,  
пляшут, пляшут наши ручки,  
Пляшут, пляшут наши ручки.

Поплясали, стоп!  
Где же, где же наши ножки,  
наши ножки, наши ножки? (2 раза)  
Вот ножки, наши ножки,  
пляшут, пляшут наши ножки!  
Пляшут, пляшут наши ножки,  
поплясали, стоп!

Прячут руки за спиной

Выполняют движение  
"фонарики"  
Сжимают и разжимают  
кулачки.

Приседая, закрывают ножки  
руками

Выставляют  
ножки на каблучок



## 5-6 ЛАДУШКИ

Ладушки, ладушки,  
Где были? - У бабушки!  
Что ели? - Кашку.  
Что пили? - Бражку.  
Что на закуску?  
Хлеб да капустку.

Щу! Полетели!

На головку сели. (говорком)

Дети выполняют хлопки в ладоши  
(малышам могут помочь взрослые,  
придерживая их ручки своими).

Перебирают в  
воздухе пальцами  
Ладони к  
ладут на голову.

