

ХОДИМ-БЕГАЕМ трек №1

Слова Н. Френкель, музыка Е.Тиличеевой. Упражнение развивает навыки основных видов движений: ходьбы и бега, способствует повышению эмоционального тонуса.

Раз, два, раз! Раз, два, раз!

Весело, весело мы идем!

Раз, два, раз! Раз, два, раз!

Песенку, песенку мы поем!

А теперь бегом, бегом
кругу

И по комнате кругом!

Вот как быстро мы бежали

И нисколько не устали

Вот как быстро мы бежали
и на

И устали — да-да-да!
хлопают

*Дети энергично шагают
друг за другом по кругу.*

Бегут друг за другом по

В конце останавливаются

*"да-да-да" - три раза
по коленкам.*



ПОВТОРЯЙ ЗА МНОЙ трек №2

Упражнение развивает координацию движений, умение бегать под музыку, прыгать вперед-назад, выполнять движения в соответствии с текстом.

Под пение воспитателя дети выполняют движения по тексту песни.

1. Вот встали мы с тобой в кружок
Ты повторяй за мной, дружок.
Ножкой — топ, ручкой — хлоп.
А теперь назад — прыг, скок.
Ножкой — топ, ручкой — хлоп,
А потом — вперед — прыг, скок.

Припев: Друг за другом по дорожке
Мы бежим все веселей.
И не устанут наши ножки.
Догоните нас скорей.

2. Остановился наш кружок.
Ты снова повтори, дружок.
Ножкой - топ, ручкой
хлоп.
А теперь назад - прыг,
скок.
Ножкой - топ, ручкой -
хлоп,
А потом - вперед - прыг,
скок.

3. И снова наш стоит
кружок.
Ты снова повтори, дружок.
Ножкой - топ, ручкой -
хлоп.
А теперь назад - прыг,
скок.
Ножкой - топ, ручкой -
хлоп,
А потом - вперед - прыг,
скок

ВЕСЕЛАЯ ПЛЯСКА трек №3

На мелодию русской народной песни "Ах, вы сени!",
слова Ануфриевой

Пляска развивает чувство ритма, координацию движений.

1. Как у наших у ребят
Ножки весело стучат.
Наш народ удаленький,
Хоть и очень маленький.
Дети топают ножками в такт музыке (руки на поясе).
2. Лишь устанут наши ножки,
Мы похлопаем в ладошки.
Ах, ладошки хороши!
Будем хлопать от души!
Дети хлопают в ладоши.
3. А теперь вприсядочку
Мы танцуем рядышком.
Книзу, кверху, раз и два —
Вот как пляшет детвора!
Дети выполняют полуприседания, руки на поясе.
4. Кулачком сильнее бей,
Своих ручек не жалеи!
Ах, какие малыши
Веселятся от души!
Дети стучат кулачками друг о друга.
5. А как пустимся бежать,
Никому нас не догнать.
Мы народ удаленький,
Хоть и очень маленький
Дети бегут легким бегом друг за другом по залу.



