



«Мастерская здоровья» представляет:

«Советы от ВИТАМИНКИ»

Игры-стишки с движениями



Стихи с движением формируют у детей дошкольного возраста умение имитировать слова стихотворения, а в комплексе с движениями развивают эмоции, координацию, чувство ритма, быстроту реакции, образное мышление и воображение ребенка, а также тренируют внимание и память. К тому же, выполнять движения под чтение стихов - это очень весело.



В младшем дошкольном возрасте стихи с движениями подарят Вам радостные мгновения общения с Вашим ребенком.

Малыш с удовольствием будет выкрикивать коротенькие слова и жестами изображать то, о чем говорится в стихотворении.



«Зайчик»



Зайчик серенький сидит
(1. Сидим, как зайчик)



И ушами шевелит,
Вот так, вот так!
(2. Шевелим
ушками-ладошками)



Зайке холодно сидеть,
Надо лапочки погреть.
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп.
(3. Хлопаем в ладоши)



Зайке холодно стоять,
Надо зайке поскакать.
Скок-скок, скок-скок.
(4. Прыгаем, как
зайчик)



1



Комары и мошки,
Тоненькие ножки
*(1. Приплясываем,
держа руки на поясе)*

2



Пляшут на дорожке.
Ножками – топ-топ!
(2. Топаем ножками)

3



Ручками – хлоп-хлоп!
(3. Хлопаем в ладоши)

4



Близко ночь —
Улетели прочь!
*(4. Машем ручками,
как крыльями)*

«Комары и МОШКИ»

«Коза»



Идёт коза рогатая
За малыыми ребятам.

*(1. Приставляем к
голове «рожки»)*

Ножками — топ-топ!

(Топаем ножкой)

Глазками — хлоп-хлоп!

*(2. Зажмуриваемся и
открываем глазки)*



— Кто кашку не ест?
Кто молочка не пьёт?

(3. Грозим пальчиком)



Забодаю, забодаю!

(4. «Бодаемся»)



«Овечки»



Две весёлые овечки
Разрезвились возле речки.
Прыг-скок, прыг-скок!
Скачут белые овечки
Рано утром возле речки.
Прыг-скок, прыг-скок!

(1. Весело прыгаем)



Вверх до неба, вниз до травки.
Вверх до неба, вниз до травки.

*(2. Встаём на носочки, тянемся вверх
3. Приседаем, руки опускаем вниз)*



А потом кружились
(4. Кружимся)



И в речку свалились.
(5. Падаем)



«Мишка косолапый »



1

Мишка косолапый
По лесу идёт.

(1. Бодро шагаем)



2

Шишки собирает,
Песенки поёт.

(2. Приседаем —
«собираем шишки»)

3

Шишка отскочила
Прямо мишке в лоб.

(3. Держимся
ручками за лоб)



4

Мишка рассердился
И ногою — топ!

(4. Топаем ногой)



«Коза»



Шла коза на каблуках
В модных красных сапогах.
(1. Идём на носочках)

По дорожке: цок-цок-цок!
Поломала каблучок.
(2. Идём, прихрамывая)



Вот коза на одной ножке
Поскакала по дорожке:
Прыг-скок, прыг-скок!
(3. Скачем на одной ножке)
Вновь сломала каблучок!
(4. Падаем на пол)



Вот коза сняла сапожки,
Зашагала по дорожке:
Топ-топ! Топ-топ!
Как легко без каблучков!
(5. Весело шагаем)



«Жуки»



На полянке два жука
Танцевали гопака:

(1. Танцуем, руки на поясе)



Правой ножкой топ, топ!

(2. Топаем правой ножкой)



Левой ножкой топ, топ!

(3. Топаем левой ножкой)



Ручки вверх, вверх, вверх!
Кто поднимет выше всех?

*(4. Встаём на носочки,
тянемся вверх)*



В старшем дошкольном возрасте стихи с движениями позволяют детям отдохнуть физически и снять психологическую нагрузку. Их можно использовать во время малоподвижной деятельности в форме физминуток для предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности (они возбуждают участки коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали). Также стихи с движениями улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, создают положительные эмоции.

«Самолеты»



«Конь»

КОНЬ

Конь меня в дорогу ждёт,
Бьёт копытом у ворот.
На ветру качает гривой:
Пышной, сказочной, красивой.
Быстро на коня вскочу
И поеду, поскачу.
Там за дальней за рекой
Помашу тебе рукой.

Постукивания одной ногой об пол, покачивания головой, прыжки, подскоки, помахать рукой.



«кузнечики»

КУЗНЕЧИКИ

Поднимайте плечики,
Прыгайте, кузнечики.
Прыг-скок, прыг-скок,
стоп, сели.

Травушку покушали,
Тишину послушали.
Выше, выше, высоко.
Прыгай на носках легко!

Делать движения плечами, прыгать, приседать, прислушиваться и опять прыгать.

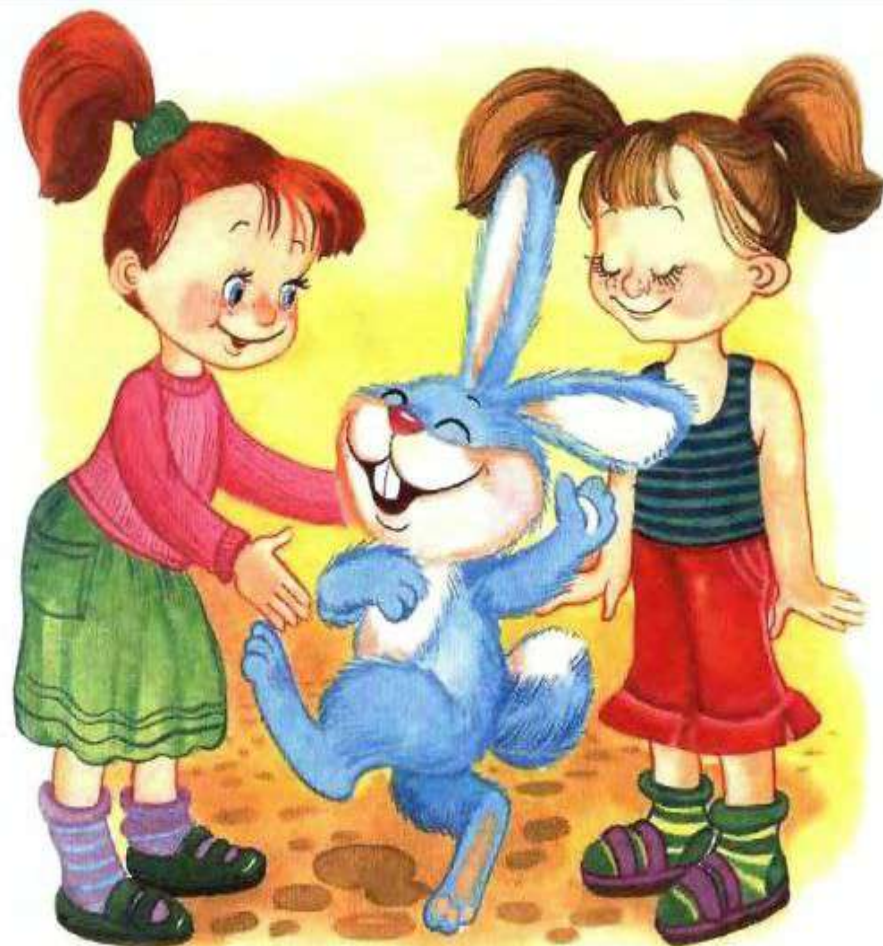


«Игра с зайкой»

ИГРА С ЗАЙКОЙ

Вышли дети на лужок,
Заглянули под кусток,
Увидали зайчика,
Поманили пальчиком:
«Зайка, зайка, попляши,
Твои лапки хороши!»
Стал наш зайнышка плясать,
Малых деток забавлять.

Движения ходьбы, приседания, плясовые движения, хлопки.



«Аист»

АИСТ

– Аист, аист длинноногий,
Покажи домой дорогу.

Аист отвечает:

– Топай правой ногой,
Топай левой ногой.

Снова – правой ногой,

Снова – левой ногой.

После – правой ногой,

После – левой ногой.

Вот тогда придёшь домой.

Топать ногами попеременно.



«Буратино»

БУРАТИНО

Буратино потянулся,
Раз – нагнулся, два – нагнулся,
Руки в стороны развёл,
Ключик, видно, не нашёл.
Чтобы ключик нам достать,
Нужно на носочки встать.

Потягиваться, встать на носочки, накло-
ны вправо, влево, руки в стороны, руки
вниз, встать на носочки, руки вверх.



«Солдатик»

СОЛДАТИК

На одной ноге постой-ка,
Будто ты солдатик стойкий.
Ну, смелее подними.
Да гляди не упали.
А сейчас постой на левой,
Если ты солдатик смелый.
А сейчас постой на правой,
Если ты солдатик бравый.

Руки на поясе, постоять на правой ноге.
То же — на левой ноге. Поднять прямую
правую ногу перед собой. Руки в стороны,
покачаться на одной ноге вправо, влево.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!

