

Подвижные игры для малышей



Дождик

Приплясываем, четыре хлопка — притопы,
четыре хлопка — поворот вокруг себя:

Дождик, дождик,
Что ты льёшь?

Погулять нам не даёшь.

Трясём ручками,
как будто стряхиваем воду:

Дождик, дождик,
Полно лить,
Деток, землю, лес мочить.

Прыгаем через
воображаемые лужи:

После дождика на даче
Мы по лужицам поскачем.



Паровоз

Руки согнуты в локтях, синхронные
вращательные движения — имитируем
колёса паровоза. Шаг вперёд — притоп,
шаг назад — притоп.

Поезд мчится и свистит
И колёсами стучит:

— Я стучу,
 стучу, стучу,
Всех до дачи
 докачу.
Чу-чу, чу-чу!
Всех до дачи
 докачу.



Петух

Ноги на ширине плеч, раскачиваемся,
перенося вес с ноги на ногу, прямые
руки-крылья отведены назад:

Шёл по берегу петух.

В прыжке соединяем
ноги, садимся
на корточки:

Поскользнулся —
 в речку бух!

Стоим, трясём
плечами и руками:

Будет знать петух,
 что впредь

Надо под ноги смотреть.



Гуси

Ходим на цыпочках,
машем прямыми
руками-крыльями
в стороны:
Гуси серые летели.
Садимся на корточки
и идём гуськом:
На лужайке тихо сели,
Походили, поклевали,
Потом быстро побежали.
Встаём, бег на месте.



Зайка

Маршируем на месте, после приседаем,
маним зайку пальчиком:
Вышли дети на лужок,
Заглянули под кусток,
Увидали зайчика,
Поманили пальчиком:
«Зайка, зайка, попляши,
Твои лапки хороши!»
Стал наш зайка плясать,
Малых деток забавлять.
Танцуем, руки подняты
к макушке — имитируем
ушки, два прыжка на месте,
поворот вокруг себя.

