

На высокой ёлке,
Где колкие иголки. *(Взгляд поднять
вверх, вниз. Пальцы рук раздвинуты, как
иголки)*

Мы у пчёл медку попросим *(Встряхнуть
кисти рук)*

На дворе настала осень, *(Потянуться)*

Скоро мишка ляжет спать, *(Медленно
приседают)*

Будет лапу он сосать. *(Наклоны головы
вправо, влево, руки под головой)*

Пчёлы дали мёду,

Целую колоду. *(Хлопают в ладоши и
прыгают на двух ногах)*

Суббота.

Мы в субботу приглашаем
(Взмахи руками к себе)

Шустрых белок на обед. *(Повороты
туловища вправо, влево с приседанием)*

Щей капустных наварить, *(Обе кисти
рук сжаты вместе, круговые движения
обеих рук, туловище поворачивается
вслед за руками)*

Наготовили котлет. *(Ладони лежащие
одна на другой, меняются местами)*

Белки в гости прискакали, *(Прыжки на
месте)*

Посмотрели на столы ... *(Глаза широко
открыть и крепко их зажмурить)*

В лес обратно убежали *(Бег на месте)*



За орешками они. *(Постукивание
кулаками друг об друга)*

Воскресенье.

В воскресенье выходной,
Мы идём гулять с тобой. *(Ходьба на
месте)*

Смотрим вправо *(Поворот туловища
вправо, посмотреть взглядом назад)*

Смотрим влево, *(Поворот туловища
влево, посмотреть взглядом назад)*

Ничего не узнаём. *(Развести руки в
стороны и удивиться)*

Вот забор, а за забором, *(Руки
вытянуты перед собой, кисти рук
повернуты вертикально, пальцы
раздвинуты как иголки).*

Ходит лая грозный пёс, *(обе руки
одновременно перевести справа налево,
взгляд следит за руками)*

Вот корова замычала, "Му-у-у",
(Наклоны туловища вперёд)

Заработал паровоз, "Ду-ду-ду-у",
*(Имитация движущегося поезда на
месте)*

А лошадка бьёт копытцем,
Предлагает прокатиться. *(Руки на поясе,
приподнимаем и опускаем правую, а
затем левую ножки)*

Мы на этой карусели
Прокатиться захотели. *(Произвольные
круговые движения руками).*



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВЕСЁЛАЯ

ГИМНАСТИКА