

## «Посчитаем»

Дружно с вами мы считали и про числа  
рассуждали,

А теперь мы дружно встали, свои косточки  
размяли.

На счёт раз кулак сожмём,

На счёт два в локтях сожмём.

На счёт три прижмём к плечам,

На четыре – к небесам.

Хорошо прогнулись и друг другу  
улыбнулись.

Про пятёрку не забудем – добрыми всегда мы  
будем.

На счёт шесть прошу всех сесть.

Числа, я и вы, друзья, вместе дружная 7-я.

*(действия по тексту)*

## «Игрушки»

Мы веселые матрешки, мы захопали в  
ладошки:

Слева – хлоп, справа – хлоп, прямо – хлоп и  
сзади – хлоп.

Мы веселые матрешки, заплясали наши  
ножки:

Левой – топ и правой – топ, правой – топ и  
левой – топ.

Мы веселые матрешки, пляшут ручки,  
пляшут ножки:

Левой ножкой – топ-топ-топ, слева ручками  
– хлоп-хлоп,

Правой ножкой – топ-топ-топ, справа  
ручками – хлоп-хлоп.

*(действия по тексту)*

## «Один, два, три, четыре, пять »

Раз - подняться, потянуться, *(Потянулись)*

Два - согнуться, разогнуться, *(Прогнули  
спинки, руки на поясе)*

Три - в ладоши три хлопка, *(Хлопки в  
ладоши)*

Головою три кивка. *(Движения головой)*

На четыре - руки шире, *(Руки в стороны)*

Пять - руками помахать, *(Махи руками)*

Шесть — на место сесть опять. *(Присели )*

## «Грибы»

Гриша шел — шел - шел, *(Шагают на  
месте)*

Белый гриб нашел. *(Хлопки в ладоши)*

Раз-грибок, *(Наклоны вперед)*

Два - грибок, *(Наклоны вперед)*

Три - грибок, *(Наклоны вперед)*

Положил их в кузовок. *(Шагают на  
месте)*

### «Человек. Части тела»

Шеей крутим осторожно -  
Голова кружиться может.  
Влево смотрим - раз, два, три.  
Так. И вправо посмотри. (*Вращение головой  
вправо и влево*)  
Вверх потянемся, пройдемся, (*Потягивания  
— руки вверх, ходьба на месте*)  
И на место вновь вернемся.

### «Зимние забавы»

Это лёгкая забава -  
Повороты влево-вправо.  
Нам известно всем давно -  
Там стена, а там окно. (*Повороты  
туловища вправо и влево*)  
Приседаем быстро, ловко.  
Здесь видна уже сноровка.  
Чтобы мышцы развивать,  
Надо 5 раз присесть. (*Приседания*)  
А теперь ходьба на месте,  
Это тоже интересно. (*Ходьба на месте*)

### «Транспорт»

От зеленого причала  
Оттолкнулся теплоход,  
(*дети встают*)  
Раз, два.  
Он шагнул назад сначала  
(*делают шаг назад*)  
Раз, два.  
А потом шагнул вперед,  
(*делают шаг вперед*)  
Раз, два.  
И поплыл, поплыл по речке,  
Набирая полный ход.  
(*делают волнообразные движения руками,  
ходят на месте*)

### «Деревья»

Во дворе стоит сосна, к небу тянется она.  
Тополь вырос рядом с ней, быть он хочет  
подлинней. (*Стоя на одной ноге,  
потягиваемся, руки вверх, потом то же,  
стоя на другой ноге*)  
Ветер сильный налетал, все деревья  
раскачал. (*Наклоны корпуса вперед-назад*)  
Ветки гнутся взад-вперёд, ветер их качает,  
гнёт. (*Рывки руками перед грудью*)  
Будем вместе приседать -Раз, два, три,  
четыре, пять. (*Приседания*)  
Мы размялись от души И на место вновь  
спешим. (*Дети идут на места*)

## «Лето»

Видишь, бабочка летает, *(Машем руками)*  
На лугу цветы считает. *(Считаем пальчиком)*  
- Раз, два, три, четыре, пять. *(Хлопки в ладоши)*  
Ох, считать, не сосчитать! *(Прыжки на месте)*  
За день, за два и за месяц... *(Шагаем на месте)*  
Шесть, семь, восемь, девять, десять.  
*(Хлопки в ладоши)*  
Даже мудрая пчела *(Машем руками)*  
Сосчитать бы не смогла! *(Считаем пальчиком)*

## «Семья»

Раз, два, три, четыре, *(Хлопают в ладоши)*  
Кто живет у нас в квартире? *(Шагают на месте)*  
Раз, два, три, четыре, пять *(Прыжки на месте)*  
Всех могу пересчитать: *(Шагают на месте)*  
Папа, мама, брат, сестра, *(Хлопают в ладоши)*  
Кошка Мурка, два котенка,  
*(Наклоны туловища влево-вправо)*  
Мой сверчок, щегол и я -  
*(Повороты туловища влево-вправо)*  
Вот и вся моя семья. *(Хлопаем в ладоши)*

## «Животные севера»

Неуклюжий шел пингвин,  
Посреди холодных льдин.  
И по ледяной дорожке  
Прыгал он на правой ножке.  
А теперь подскок на левой -  
И присел, согнув колени.  
Встал, присел –  
И пять прыжков:  
Очень климат уж суров!  
*(Движения по тексту)*

## «Правая- левая»

Это правая рука, это правая нога,  
Ухо правое у нас, а вот это правый глаз.  
Это левая рука, это левая нога.  
Ухо левое у нас, а вот это левый глаз.  
Мы руками – хлоп, хлоп, хлоп.  
Мы ногами – топ, топ, топ.  
Кулаками постучим.

### «Веселый счет»

Два(один, три, пять и т.д.) хлопка над головой,  
Два(один, три, пять и т.д.) хлопка перед собой,  
Две(одну, правую, левую) руки за спину спрячем,  
И на двух(на одной, на левой, на правой) ногах поскачем.  
*(действия по тексту)*

### «Спорт»

Один, два - мы живём в хорошем мире  
Три, четыре - ноги вместе, руки шире,  
Пять, шесть - наклониться и присесть,  
Семь, восемь - лень отбросим,  
Девять, десять - бегать просим!  
*(действия по тексту)*

### «Геометрические фигуры»

Вот фигуры- непоседы, любят в прятки поиграть.  
Так давайте их, ребята, будем глазками искать.  
Дружно глянем все налево. Что там? Это же ... квадрат.  
На четырех углах квадрат шагает, прямо как солдат. *(Дети шагают на месте).*  
Теперь вправо посмотрите, узнаете? Это – ... круг.  
Вокруг себя мы повернемся  
И на место вмиг вернемся. *(Дети кружатся на месте).*

Кто так высоко забрался, чуть до крыши не достал?  
Эта странная фигура - называется ... овал.  
Прыгай, руки поднимай до овала доставай!  
*(Дети прыгают с поднятыми вверх руками).*  
Вниз глазами поведем, треугольник там найдем.  
Приседаем: раз – два – три, все фигуры повторим!

### «Отдыхаем»

Мы считали и устали,  
Дружно все мы тихо встали.  
Ручками похлопали, раз, два, три.  
Ножками потопали, раз, два, три.

Сели, встали, встали, сели  
И друг друга не задели.  
Мы немножко отдохнем  
И опять считать начнем

### «Весна»

Солнышко высоко, *(поднимают руки вверх)*  
А тропинка низко. *(наклоняются вниз)*  
Что за лесом – далеко, *(вытягивают руки вперед)*  
Перед лесом – близко. *(прижимают руки к груди)*

### «День Победы»

Друг за другом шагай,  
Свой флажок поднимай.  
Выше, выше, еще выше  
Свой флажок поднимай!  
Друг за другом шагай,  
Свой флажок опускай.  
Ниже, ниже, еще ниже  
Свой флажок опускай!  
А теперь остановись,  
В круг лицом повернись,  
Правой ручкой помаши,  
Левой ручкой помаши,  
И с флажками попляши!  
*(действия по тексту)*

### «Гигиена. Режим дня»

Раз, два, три, четыре, пять,  
Застилаю я кровать,  
Чищу зубы, мою уши,  
Пять минут стою под душем.  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Рано я люблю вставать.

### «Домашние птицы»

Раз-два - шли утята, *(Шагают на месте)*  
Три-четыре - шли домой. *(Прыжки на месте)*  
Вслед за ними плелся пятый, *(Хлопаем в ладоши)*  
Впереди бежал шестой, *(Топают ногами)*  
А седьмой отстал от всех - *(Шагают на месте)*  
Испугался, закричал: *(Хлопают в ладоши)*  
- Где вы, где вы? *(Прыжки на месте)*  
- Не кричи, мы тут рядом, поищи! *(Топают ногами)*

### «Пресмыкающиеся»

На болоте две подружки,  
Две зеленые лягушки  
Утром рано умывались,  
Полотенцем растирались.  
Ножками топали,  
Ручками хлопали,  
Вправо, влево наклонялись  
И обратно возвращались.  
Вот здоровья в чем секрет  
Всем друзьям физкультпривет!  
*(движения по тексту)*

### «Перелетные птицы»

*(обращаются к изображению аиста)*  
- Аист, аист длинноногий,  
Покажи домой дорогу.  
- Топай правой ногою,  
Топай левой ногою,  
Снова - правой ногою,  
Снова - левой ногою.  
После - правой ногою,  
После - левой ногою.  
И тогда придешь домой.  
*(движения по тексту)*

### «Дикие животные»

Раз, два, три, четыре, пять  
Раз, два, три, четыре, пять  
*(Шагают на месте)*  
Вышел зайка поиграть  
Прыгать серенький, горазд  
Он подпрыгнул 1 (2,3,4,5 и т.д.)  
раз. *(Прыгают)*  
Сколько елочек зеленых,  
Столько выполним наклонов.  
Сколько здесь у нас кружков,  
Столько сделаем прыжков

### «Цветы»

Кто до пола достает?  
Эту сложную работу  
Тоже делаем по счету. *(Наклоны вперед)*  
Давай присядем столько раз  
Сколько подснежников у нас.  
Сколько ландышей у нас,  
Столько мы подпрыгнем раз.  
За цветами наклонись  
Вправо, влево- не ленись. *(наклоны вправо)*

### «Посчитай-ка»

Сколько в квадрате зайчиков(бабочек,  
яблочек, самолетов  
и т.д.) у нас,  
Столько и подпрыгнем раз.  
Сколько в треугольнике белочек ( пчел,  
груш, машин и т.д.) до точки,  
Столько встанем на носочки.  
Сколько будет мышек( жучков, сливок,  
лодок и т.д.) в круге,  
Столько раз поднимем руки.  
*(движения по тексту)*

### «Ориентация в пространстве»

Мы сейчас пойдём направо.  
А потом пойдём налево,  
В центре круга соберемся  
И на место все вернемся.  
Мы тихонечко присядем,  
Ручками себя погладим,  
Мы поднимемся тихонько.  
И попрыгаем легонько.  
Пусть попляшут наши ножки  
И похлопают ладошки  
Повернемся мы на право –  
Не начать ли все сначала.  
*(движения по тексту)*

### «Ориентация во времени»

В понедельник я купался,  
*(изображают плавание)*  
А во вторник рисовал,  
*(изображают рисование)*  
А среду долго умывался,  
*( «умываются»)*  
А в четверг в футбол играл.  
*(бег на месте)*  
В пятницу я прыгал, бегал.  
*(прыгают)*  
Очень долго танцевал  
*(кружатся на месте)*  
А в субботу, воскресенье  
*(хлопки в ладоши)*  
Целый день я отдыхал.

## «Фрукты»

Будем мы варить компот.  
Фруктов много надо. Вот.  
5(1,2,3,4 и т. д.) яблок будем крошить,  
*(воспитатель показывает цифру, дети называют и выполняют движения по тексту)*  
5(1,2,3,4 и т. д.) груш будем мы рубить,  
Отожмем лимонный сок,  
5( 1,2,3,4 и т.д.) слив положим и песок.  
Варим, варим мы компот, *(«мешают компот»)*  
Угостим честной народ. *(разводят руки в стороны, наклоняясь вперед)*

## «Подводный мир»

Сколько ног у осьминога?  
*(свободно ходят по залу)*  
Много, много, много, много.  
Раз, два, три, четыре, пять, шесть,  
Семь, восемь.  
*(Становятся спинками, поднимают одну ногу)*  
У веселых осьминожек  
очень ,очень много ножек.

## «Игрушки»

Там, в углу, лежать игрушки,  
Отдыхают в тишине....  
*(показывают на игрушки)*  
Пять игрушек в день рожденья  
Подарили гости мне.  
Раз- ушатый серый зайка. *(показывают зайку)*  
Два- есть дудка у меня.  
Три- сейчас я покажу вам  
Черногривого коня. *(показывают коня)*  
Бурый мишка мой- четыре, *(показывают мишку)*  
Белка рыженькая- пять...*(показывают белку)*  
Только всех моих игрушек  
Мне никак не сосчитать. *(разводят руками)*

## «Человек. Семья»

Шаг назад и два вперед, влево, вправо поворот,  
Покружмся, повернемся.  
Снова за руки возьмемся!  
Топни правой ногой,  
Вправо шаг, на месте стой.  
Топни левой ногой,  
Влево шаг и, на месте стой.  
Повернись направо к другу,  
Правую дай руку другу,  
Повернись налево к другу, левую дай руку другу.  
*(Встают в круг, взявшись за руки, и выполняют движения по тексту)*

