

**Комплекс разминок, коррегирующих упражнений, музыкально-ритмических, подвижных игр, танцевальных элементов для младшего и старшего дошкольного возраста.**

Данные упражнения, представленные в методических разработках, развивают у ребят музыкальность, чувство ритма, артистизм, умение ориентироваться в пространстве, работать в малой и многочисленной группе. Все упражнения исполняются под музыку, знакомую и понятную детям. В начале изучения ребята повторяют движения за педагогом, слушают его подсказки. После многократного повторения они исполняют комбинации самостоятельно.



Представленные гимнастические комплексы помогут не только запомнить дни недели, но и снимут напряжение с глаз, будут способствовать профилактике глазных заболеваний, что немаловажно для здоровья детей.

**Коррегирующая гимнастика для глаз "Веселая неделька"**

Всю неделю по порядку  
Глазки делают зарядку.  
В понедельник, как проснуться,  
Глазки солнцу улыбнутся,  
Вниз посмотрят - на траву -  
И обратно в высоту.

*Поднять глаза вверх, опустить вниз, голова неподвижна.*

Во вторник часики - глаза  
Водят взгляд туда - сюда,  
Ходят влево, ходят вправо -  
Не устанут никогда.

*Повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна.*

В среду в жмурки мы играем -  
Крепко глазки закрываем.  
Раз, два, три, четыре, пять -  
Будем глазки открывать.  
Жмуримся и открываем -  
Так игру мы продолжаем.

*Зажмурить глаза, досчитать до пяти и широко их раскрыть.  
Эти упражнения снимут глазное напряжение.*

По четвергам мы смотрим вдаль,  
На это времени не жаль.  
Что вблизи и что вдали,  
Глазки рассмотреть должны.

*Поднести палец к глазам на расстояние 25 - 30 см. Сфокусировать взгляд на кончике пальца, затем опустить руку. Повторить 4 раза.*

В пятницу мы тоже не зевали,  
Глазками своими поворачивали.  
Остановку сделали и отдохнули,  
И в другую сторону их повернули.

*Посмотреть вверх, вправо, вниз, влево и вверх. И обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх.*

Хоть в субботу выходной,  
Мы не ленимся с тобой.  
Ищем взглядом уголки,  
Чтобы бегали зрачки.

*Посмотреть в верхний правый угол, затем нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол и нижний правый. Эти упражнения совершенствуют сложные движения глаз.*

В воскресенье будем спать,  
А потом пойдем гулять,  
Чтобы глазки закалялись,  
Нужно воздухом дышать.

*Закрывать веки, помассировать их круговыми движениями пальцев: верхнее веко от носа к наружному краю глаз, нижнее веко - от наружного края к носу, затем наоборот. Это упражнение расслабляет мышцы и улучшает кровообращение.*

Без гимнастики друзья,  
Нашим глазкам жить нельзя!

### **ДНИ НЕДЕЛИ**

(комплекс гимнастики на каждый день)

#### **ПОНЕДЕЛЬНИК**

В понедельник в гости к нам прискакали зайчики.  
*Прыжки на двух ногах.*  
Полюбили крепко их девочки и мальчики.  
*Обхватить себя руками.*  
Пригласили их плясать, дружно ножки выставлять.  
*По очереди выставляют вперед ножки.*  
Присядь вправо, присядь влево  
*Повороты вправо - влево, оглядываясь назад.*  
А затем кружись ты смело.  
*Кружатся.*  
И ладошки у ребят, словно листики шуршат.  
*Потереть ладошки друг о друга.*

#### **ВТОРНИК**

К нам во вторник прилетел аист длинноногий  
*Взмах руками вверх – вниз.*

По болоту он шагал, рыб, лягушек доставал.  
*Ходьба с высоким подниманием колен.*  
Наклонялся, выпрямлялся,  
*Наклоны вперед, руки отведены назад.*  
Вдаль смотрел на край болота  
*Приставить ладонь "козырьком" ко лбу.*  
И на нос: "Ой, где он? Вот он!"  
*Посмотреть на свой палец, поднести его к носу, не отрывая от него взгляда.*  
Аист полетел домой, машем мы ему рукой.  
*Взмахи руками.*

### *СРЕДА*

В среду слон к нам приходил,  
топать ножками учил,  
*Ходьба на месте*  
И наклоны выполнять,  
*Наклоны вперед*  
И на цыпочках стоять.  
*Подняться на носочки.*  
Мы покрутим головой, словно хоботом с тобой.  
*Круговые движения головой: вверх, вправо, вниз, влево.*  
В прятки поиграем - глазки закрываем.  
Раз, два, три, четыре, пять -  
Мы идем слона искать.  
Пять, четыре, три, два, раз -  
Слоник спрятался от нас.

### *ЧЕТВЕРГ*

А в четверг к нам приходила хитрая лисичка,  
*Ходьба на месте, имитируя мягкие шаги лисички*  
Показала хвостик рыжий, мягкий и пушистый.  
*Повороты туловища вправо и влево, стараясь посмотреть как можно дальше назад*  
Посидели, постояли, притаились, как лиса,  
*Приседания*  
Мышку в норке поискали - вот такие чудеса!  
*Встать и развести руки в стороны*

### *ПЯТНИЦА*

Мишка в пятницу пришел,  
*Ходьба на месте*  
Он в лесу медок нашел  
*В руках бочонок меда, приседания с поворотом туловища вправо и влево*  
На высокой елке, где колкие иголки.  
*Посмотреть вверх, вниз; пальцы рук разведены так, как будто это иголки*  
Мы у пчел медку попросим,  
*Встряхнуть кисти рук*  
На дворе настала осень  
*Потянуться*  
Скоро мишка ляжет спать, будет лапу он сосать.  
*Присесть, повороты головы вправо и влево*  
Пчелы дали меду целую колоду!

## **СУББОТА**

Мы в субботу пригласили шустрых белок на обед,  
*Повороты туловища в стороны с приседанием*  
Щей капустных наварили, наготовили котлет.  
*Мешают "половником" – выполняют круговые движения, ладошки одна на другой*  
*меняют местами*  
Белки в гости прискакали,  
*Прыжки на месте*  
Посмотрели на столы,  
*Широко раскрыть глаза, а потом сильно зажмурить*  
В лес обратно убежали  
*Бег на месте*  
За орешками они  
*Постукивание кулаками друг о друга.*

## **ВОСКРЕСЕНЬЕ**

В воскресенье выходной, мы идем гулять с тобой.  
*Ходьба на месте*  
Смотрим вправо, смотрим влево,  
*Повороты туловища в стороны*  
Ничего не узнаем.  
*Развести руками - удивиться*  
Вот забор, а забором  
*Руки вытянуты перед собой, кисти вертикально, ладонями от себя, пальцы в стороны*  
*Ходит, лая, грозный пес.*  
*Обе руки одновременно перенести вправо и влево, а взглядом проследить за руками*  
Вот корова замычала : "Му-у-у",  
*Наклоны туловища вперед*  
Заработал паровоз "Ду - ду - ду",  
*Имитация движения поезда*  
А лошадка бьет копытцем -  
предлагает прокатиться.  
*Руки на поясе, приподнимать и опускать правую, а затем левую ногу*  
Мы на этой карусели прокатиться захотели.  
*Произвольные круговые движения руками.*

## **Дыхательная гимнастика**

Один, два, три, четыре, пять!  
Все умеем мы считать.  
Отдыхать умеем тоже –  
Руки за спину положим,  
Голову поднимем выше  
И легко-легко подышим.

---

### **Дыхательная гимнастика**

(на четыре счета - вдох, на четыре счета - выдох)

Руки к солнцу поднимаю  
И вздыхаю, и вздыхаю.  
Опускаю руки вниз,

Выдох – паровоза свист.  
На четыре – вдох глубокий,  
На четыре – выдох.  
Раз, два, три, четыре,  
Раз, два, три, четыре.

---

### Игровой самомассаж

*Я в ладоши хлопаю  
И ногами топаю*

Хлопают в ладоши.  
Топают ногами.

*Ручки разотру,  
Тепло сохраню.*

Растирание ладоней

*Ладони, ладони,  
Утюжки – недотрожки.  
Вы погладьте ручки,  
Чтоб играли лучше.*

Ладонью противоположной руки  
поглаживание предплечья, плеча

*Вы погладьте ножки,  
Чтобы бегали по дорожке.*

Поглаживание голени и бедра  
ладонями обеих рук.

---

### Пальчиковая гимнастика

*Сидит белка на тележке,  
Кисти в кулак, круговое движение кистью вправо.*

*Продает она орешки:  
Круговое движение кистью влево.*

*Лисичке – сестричке,  
Разогнуть большой палец.*

*Воробью,  
Разогнуть указательный палец.*

*Синичке,  
Разогнуть средний палец.*

*Мишке толстопятому,  
Разогнуть безымянный палец.*

*Зайке усатому.  
Разогнуть мизинец.*

*Вот так!  
Раскрыть кисть – пальцы в сторону.  
Выполнить правой рукой, затем левой и далее двумя руками.*

---

### Упражнения для релаксации.

В использовании приёмов релаксации важно придерживаться техники поэтапного перехода в состояние расслабления. Всё это происходит на фоне приятной медленной музыки.

1 этап. Сесть удобно и расслабиться.

2 этап. Осмотреть всё своё тело мысленным взором, вызывая чувство тепла и покоя. Желательно при этом закрыть глаза.

3 этап. Ощутить приятное тепло, удовольствие, покой, комфорт от расслабленного тела.

**«Сожми кулачок».** Вы держите в руках что-то очень ценное, дорогое для вас, и кто-то хочет это у вас отнять. Вы сжимаете всё крепче и крепче... Ещё крепче, уже побелели косточки. Кисти начинают дрожать... но вот обидчик ушёл, и вы разжимаете кулаки, пальцы становятся расслабленными, кисти рук спокойно лежат на коленях... Они отдыхают...

**«Чудесная полянка».** Представьте себе полянку, на которой растёт мягкая трава – мурава. Вы лежите на ней, как на перине, над вами склоняет головку полевой цветок, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков, ваши глаза закрыты, и вы чувствуете, как нежные лучи солнца глядят ваши лоб, щёки, дотрагиваются до ваших губ и рисуют улыбку. Вам хорошо, приятно... А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы чудесно отдохнули.

**«Воздушные шарик».** Все вы – воздушные шарик, очень красивые и весёлые. Вас надувают, и вы становитесь всё легче и легче, поднимаетесь всё выше и выше. Верёвочка оторвалась, и вы летите туда, куда несёт вас тёплый, ласковый ветерок. Вам легко, спокойно, хорошо, вы видите сверху поляны, ручьи, дома... Но вот пришла пора возвращаться... Вы снова в этой комнате... Потянулись и на счёт «три» открыли глаза.

**«Любимый цветок».** Закройте глаза и представьте, что вы – цветок, который ещё не распустился. Но вот лепестки начинают раскрываться, цветок медленно-медленно распускается, и совсем раскрылся. Лепестки тянутся к солнцу, потянулись, потянулись... Откройте глаза. Встряхните руками, потянитесь ещё раз. Вы отлично отдохнули. Представьте свой любимый цветок. Мысленно возьмите его в руки, нежно прикоснитесь к его лепесткам. Почувствуйте запах. Представьте себе, как приятно его видеть.

### Разминка на середине «Хлопушка»

**А.**

#### **«Шаги на месте»**

1-6- шесть шагов на месте с хлопками перед собой на каждый счет.

7-8- два шага на месте с тремя хлопками перед собой.

**Б.**

#### **«Приставные шаги в сторону»**

1-2- два приставных шага вправо с двумя хлопками перед собой.

3-4- повторить счет 1-2 в другую сторону.

5-6- повторить счет 1-2.

7-8- повторить счет 3-4 с тремя хлопками (хлопки выполняются на счет 7-8)

**В.**

#### **«Шаги по диагонали»**

1- шаг правой ногой вперед вправо по диагонали с хлопком вверх справа.

2- шаг левой ногой вперед – влево по диагонали с хлопком вверх слева.

3- шаг правой ногой вперед – вправо по диагонали с хлопком вниз справа.

4- шаг левой ногой вперед - влево по диагонали с хлопком вниз слева.

5-6- повторить счет 1-2.

7-8- повторить счет 3-4 с тремя хлопками вниз.

**Г.**

### **«Шаги назад»**

1- шаг правой ногой назад с хлопком над головой.

2- шаг левой ногой назад с наклоном вперед и хлопком внизу.

3-4- повторить счет 1-2.

5-6- повторить счет 1-2.

7-8- повторить счет 1-2 с тремя хлопками: вверху, перед грудью, внизу.

### **Разминка на середине (изропластика)**

#### *«Винтик»*

И. п. – стойка: ноги врозь, руки на пояс.

1-7 – семь пружинистых поворотов туловища направо.

8 – и. п.

9-16 – повторить счет 1-8 в другую сторону.

Повторить 2 раза.

#### *«Часики - ходики»*

И. п. – стойка: ноги врозь, руки на пояс.

1-7 – семь пружинистых наклонов вправо, левую руку вверх.

8 – и. п.

9-16 – повторить счет 1-8 в другую сторону.

Повторить 2 раза.

#### *«Журавль»*

И. п. – стойка: ноги врозь, руки вверх.

1-7 – семь пружинистых наклонов вперед прогнувшись

8 – и. п.

Повторить 2 раза

#### *«Улитка»*

И. п. – лежа на спине

1-4 – коснуться ногами пола за головой

5-12 – держать

13-16 – и. п.

Повторить 2-3 раза.

#### *«Мост»*

И. п. – упор сидя - согнутые ноги врозь.

1-2 – приподнять таз вверх

3-6 – держать

7-8 – и. п.

Повторить 3-4- раза

#### *«Лягушка»*

И. п. – стойка - ноги врозь.

1-2 – присед на всей ступне, колени врозь, с касанием пола руками спереди, спина прямая.

3-6 – держать.

7-8 – встать в и. п.

Повторить 6-8 раз.

#### *«Крестик»*

И. п. – лежа на спине, руки в стороны.

1-4 – тянемся руками в стороны.

5-8 – и. п.

9-12 – тянемся ногами вниз.

13-16 – и. п.

---

**«Волшебный сон».**

Реснички опускаются,  
Глазки закрываются,  
Мы спокойно отдыхаем (2 раза),  
Сном волшебным засыпаем.  
Дышится легко, ровно, глубоко...  
Наши руки отдыхают,  
Ноги тоже отдыхают,  
Отдыхают, засыпают (2 раза),  
Шея не напряжена  
И рас-слаб-ле-на,  
Губы чуть приоткрываются,  
Всё чудесно расслабляется (2 раза),  
Дышится ровно, глубоко...  
(Пауза 1 минута).  
Мы спокойно отдыхали,  
Сном волшебным засыпали...  
Хорошо нам отдыхать,  
Но пора уже вставать!  
Крепче кулаки сжимаем  
И повыше поднимаем.  
Потянуться! Улыбнуться!

---

**Русские танцевальные элементы**

***Разминка по кругу:***

*Топотушки - топотушки,  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Дружно, весело, задорно  
Повторим мы все опять!*

«притопы» по кругу

*Шаг – присяду, шаг – присяду.  
Это танец я учу.  
Приседать я не устану,  
Я танцором стать хочу.*

Шаг с полуприседанием

*Скок, скок, скок, скок!  
Вот такой у нас подскок!  
Ножку дружно поднимаем  
И носочек книзу тянем.*

Подскоки по кругу

*Припадаем, припадаем,  
Русский танец начинаем.  
Припадаем мы на ножку  
И покругимся немножко!*

Припадание



*Носок – пятка, перетоп,  
Носок – пятка, перетоп.  
Вот какие молодцы –  
Мы танцоры – удалцы!*

«Ковырялочка»

*Молоточек тук да тук,  
Раздается звонкий стук,  
А потом еще разок –  
Вот и вбили весь гвоздок.*

«Молоточки»

*Каблучками я стучу,  
Пляску русскую учу.  
Пляска русская моя –  
Замечательная.*

«Гвоздики» (удары каблучками)

*В нашем доме у Тимошки  
Есть красивая гармошка.  
Пятки вместе, носки врозь –  
Потанцуй, лениться брось.*

«Гармошка»

*Я скачу, скачу, скачу  
И веревочку кручу.  
Ты, веревочка, крутись,  
Пляска русская, учись.*

«Веревочка»

*Я моталочку спляшу,  
Малым деткам покажу.  
Ножку правую сгибаю  
И быстрее выпрямляю,  
То же самое с тобой  
Повторим другой ногой.*

«Моталочка»

---

**Заключительная часть.**

*Хорошо мы танцевали,  
Но немножечко устали.  
Мы немного отдохнем,  
А потом домой пойдем.*

Дети лежат на ковре с закрытыми глазами.

---

**Подвижная игра «День - ночь» (песня «Резиновый ежик»)**

*День веселый наступает,  
Дети бегают, прыгают  
Ёжик бегает, играет.  
Ночь тихонько подошла,  
Дети выполняют группировку  
в присед и замирают.  
Наступила тишина.  
Ёжики пошли все спать,  
Враг не сможет их поймать.*

*Водящий ловит тех, кто не спит  
и шевелится.*

---

### **Музыкально – подвижная игра «Музыкальные стулья»**

Все играющие сидят по кругу на стульях спиной к центру. У водящего стула нет. Пока играет музыка, все идут, танцуя, по кругу вокруг стульев. Музыка заканчивается – быстро садятся на стульчики. Водящий должен занять стул. Кто остался без стула становится водящим.

### **Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»**

Играющие делятся на три группы, построенные в колонны в определенном месте зала. Каждая колонна выбирает себе мелодию: танго, вальс или польку. Как только зазвучала одна из мелодий, колонна, выбравшая ее, должна двигаться по залу в любом направлении за впереди стоящим. Вдруг зазвучала другая мелодия, так же действует другая колонна, а первая останавливается. Если зазвучала музыка, не выбранная ни одной командой, – колонны бегут и строятся на свое первоначальное место.

### **Музыкально-образная игра «Пантомима».**

Включается музыкальная композиция и детям предлагают изобразить следующие действия.

-Вы на подиуме, демонстрируете прекрасные модели одежды. Вокруг восхищённые зрители и фотографы. Давайте посмотрим, кто из вас самая лучшая модель.

-Вы солдаты, которые строем идут в столовую. У них прекрасное настроение и поэтому они идут с песней.

- А теперь вам необходимо изобразить походку очень старого человека, при этом не забываете слушать музыку.

-Вы туристы, которые целый день шли под палящим солнцем, за спиной тяжёлый рюкзак, хочется пить, кроссовки натёрли ноги...

-Покажите, пожалуйста, поведение маленького ребёнка, который пошёл с мамой за покупками и потерялся.

После проведения каждого эпизода игры проведите анализ, разбор показа, замечание и предложения педагога и детей. Эту игру можно повторять множество раз, меняя темп и характер музыки, и предлагаемые обстоятельства:

- показать походку балерины;
- малыша, который учится ходить;
- что мы делаем, когда на улице холодно;
- больной перед кабинетом зубного врача и т.п.

### Игра «золотые ворота»

Эта игра помогает вырабатывать чувства ритма, знакомится с различными рисунками, вырабатывается умение «держаться» рисунок, соблюдать дистанцию. Темп и ритм музыки меняется. Очень легко разделит участников на команды.

Двое учащихся соединяют руки вверху, изображая ворота. Остальные берутся за руки и идут в темпе и характере музыки, выполняя определённый рисунок, круг, змейку и т.п., при этом произносят слова «Золотые ворота пропускают не всегда, первый раз прощается, второй – разрешается, а на третий раз пропустим вас!» закрываются и ловят одного из участников. Это продолжается до тех пор, пока команды не будут сформированы и тогда можно проводить игру «Оркестр».

### Музыкальная игра «Оркестр».

Мы сейчас оркестр составим и его играть заставим.  
Принимают 4 команды или больше, от возраста детей и их способностей.

- 1 группа – целые ноты, хлопаем в ладоши на счёт 1.
- 2 группа – половинки, хлопаем в ладоши на счёт 1,3.
- 3 группа – половинки, хлопаем на счёт 2,4
- 4 группа – четвертинки, хлопаем на счёт 1,2,3,4.

Эта игра вырабатывает чувство ритма, причём, у нее множество вариантов: можно объединить в оркестр группы вместе, увеличивая и уменьшая темп. Для более подготовленных детей добавить группы «восьмушки», делая 2 хлопка на каждый счёт.

### Танцевальная игра «Весёлые зверята».

Один из игроков, когда дети быстро усваивают простейшие танцевальные движения подражание животным.

Разучиваем мини-танец.

-на счёт 1-2 –два хлопка вправо,

-на счёт 3-4 –два хлопка влево,

-на счёт 5-6 –два щелчка пальцами вправо,

-на счёт 7- 8 два щелчка пальцами влево,

-на счёт 1-2-3-4-4 удара ладошками по коленям,

-на счёт 5-6-7-8-дети кричат «Ух, ты, хорошо!»

-А теперь станцуем этот танец, как будто вы: КОШЕЧКИ, ЛЯГУШКИ, СОБАЧКИ, БАБОЧКИ и т.д.

### Игра – превращение «Лесник»

*(на развитие воображения по стихотворению С. В. Михалкова)*

**Педагог:**

Зимой и летом круглый год

Журчит в лесу родник.

В лесной сторожке здесь живет

Иван Кузьмич – лесник.

Стоит сосновый новый дом,

Крыльцо, балкон, чердак.

Как будто мы в лесу живем,  
Мы поиграем так.  
Пастух в лесу трубит в рожок,  
Пугается русак,  
Сейчас он сделает прыжок...

**Дети вместе:**

Мы тоже можем так!

*(Танцевальная комбинация, в основе которой движения, имитирующие пляску испуганного зайчика.)*

**Педагог:**

Чтоб стать похожим на орла  
И напугать собак,  
Петух расправил два крыла...

**Дети вместе:**

Мы тоже можем так!

*(Танцевальный этюд «Петушок».)*

**Педагог:**

Сначала шагом, а потом,  
Сменяя бег на шаг,  
Конь по мосту идет шажком...

**Дети вместе:**

Мы тоже можем так!

*(Танцевальный этюд «Лошадка».)*

**Педагог:**

Идет медведь, шумит в кустах,  
Спускается в овраг,  
На двух ногах, на двух руках...

**Дети вместе:**

Мы тоже можем так!

*(Танцевальный этюд «Медведь».)*

**Педагог:**

На лужайке у реки  
Пляшут лапки, рожки.  
Попляши, малыш, и ты  
На лесной дорожке.

*(Общая пляска.)*

### «Магазин игрушек»

*Исходное положение – дети стоят по кругу. С помощью считалки выбирают несколько ребят, которые будут исполнять роли игрушек – куклы, мяча, лошадки:*

Шла коза по мостику  
И махала хвостиком,  
Зацепила за перила,  
Прямо в речку угодила.  
Кто не верит, это он,  
Выходи из круга вон!

*Слова игрушек и их движения все ребята знают заранее. Держась за руки, они идут по кругу и произносят:*

Дин – дин, дин – дин,  
Открываем магазин!  
Заходите, заходите,  
Выбирайте что хотите!

*В центр круга выходит девочка – кукла и танцует. Окончив танец, говорит:*

На меня вы посмотрите  
И к себе домой возьмите.  
Буду вас любить и слушать,  
А зовут меня Катюша!

*Покупатель (ребенок):*

Я игрушку покупаю  
И с собою забираю.

*Кукла:*

Прежде, чем меня забрать,  
Должен ты меня догнать.

*«Кукла» выбегает из круга, «покупатель» бежит за ней, стараясь догнать. Если он поймал «куклу», они оба становятся в общий круг. Если не поймал, то по очереди выходят другие «покупатели».*

*Держась за руки, дети снова идут по кругу и произносят:*

Дин – дин, дин – дин,  
Открываем магазин!  
Заходите, заходите,  
Выбирайте что хотите!

*В центр круга выбегает мальчик – «мячик», говорит:*

Я прыгун – веселый мячик,  
Не люблю того, кто плачет,  
Не люблю тог, кто плачет,  
А люблю того, кто скачет.

*Игра повторяется. «Покупатель» должен догнать «мячик».*

*Держась за руки, дети снова идут по кругу и произносят:*

Дин – дин, дин – дин,  
Открываем магазин!  
Заходите, заходите,  
Выбирайте что хотите!

*В центр круга выбегает ребенок – «лошадка», говорит:*

Я конек не простой,  
Я конек заводной.  
Гоп – гоп, цок – цок,  
Забирай меня, дружок.

*Игра повторяется. «Покупатель» должен догнать «лошадку».*

*Можно продолжить игру, вводя, другие персонажи, например, кота:*

*А я котик – Котофей,  
Хорошо ловлю мышей,  
Деткам песенки пою:  
«Баю – баюшки-баю».*

*Но вот игрушки разобраны, каждый «покупатель» выходит со своей «игрушкой» в центр круга. Взявшись за руки, они образуют маленькие круги. Круги танцуют одновременно. После окончания танца каждый остается в своем круге.*

*Все вместе:  
Дин – дин, дин – дин,  
Закрываем магазин!*

*(В игре использованы стихи В. Болдыревой.)*

### **Малоподвижная игра «Ушты - ушты»**

Водящий произносит название какой-нибудь птицы, прибавляя «**Ушты – ушты**», и одновременно машет руками. Все играющие повторяют его движения. Один раз, другой, третий... но вдруг водящий произносит: «Корова!» Если кто-то поддастся на его уловку, опять замахал руками – что ж, придется ему нести какое-нибудь шутовское наказание.

### **Подвижная игра «Построй юрту (чум)»**

На 4 стульях-юртах лежат платки с национальным орнаментом. Дети делятся на 4 команды и становятся вокруг своего стула-юрты. Под музыку дети бегут подскоками по кругу. Когда музыка заканчивается, они должны добежать до своего стула и поднять платок вверх, каждый за свой кончик платка. Чья команда сделает это первой, та и победила.