

Развитие общей моторики: динамические паузы (подвижные игры)



Воспитатель:
Агаризаева Э.М.

Зарядка на грядке

[Зарядка на грядке] Повторяй за мной зарядку. (Шаги на месте.)
В ней звук [С] пришёл на грядку. (Присесть, руки вытянуть
вперёд. Затем - встать.)

Вот - свекла, (отвести в сторону правую руку),

А вот - салат (отвести в сторону левую руку).

Урожаю каждый рад! (Поднять руки через стороны вверх.)

Здесь - капуста (округлить руки над головой),

Артишок (опустить округлённые руки вниз).

Сельдерея корешок. (Наклониться вниз, руки к полу.)

Всё, что вырастили мы (Выпрямиться, развести обе руки в стороны),

Пригодится до весны! (Руки на пояс, попрыгать на месте.)



Мы увидели цветочек

[шмель] Мы увидели цветочек (Посмотреть из-под руки.)

Отогнули лепесточек. (Соответственно.)

Ой! А там мохнатый шмель! (Испугались, руки - к щекам.)

- Ты зачем в цветочек сел? (Присесть на корточки.)

Шмель проснулся, потянулся. (Соответственно)

Он обиделся, надулся: (Соответственно).

- Ну, зачем меня пугать?! (Погрозить пальцем.)

Я бы мог ещё поспать! (Руку под щеку.)



Волчище (подвижная игра)

(Один ребёнок - «волк»)

[Волчище] У волчища - жёлтые глазищи. (Округлённые пальцы к глазам, как очки.)

У волчища - сильные лапищи. (Пальцы сжать в кулаки.)

У волчища - острые когтищи. («Цапки-царапки»)

У волчища страшные зубищи. (Показать «оскал».)

Волк прячется в тёмном урочище. (Присесть, руки над головой.)

- Кого ты, волчище, ждёт ещё?

Вас! Догоню, догоню всех сейчас! («Волк» догоняет, дети разбегаются.)



Собираем урожай

[Урожай] Раз, два, три, четыре. (Шаги на месте.)

Апельсин дадим мы Ире. (Вытянуть руки вперёд, ладонями вверх.)

Пять, шесть, семь, восемь. (Шаги на месте.)

Ананас у Сени спросим. (Манящее движение: «Дай, дай!»)

Девять, десять, - завернём. («Моталочка» руками.)

Айву Боре отнесём. (Вытянуть руки вперёд, ладонями вверх.)

Вот на градке, посмотри: (Наклон вперёд, руки - к полу. Затем - немного приподняться и посмотреть из-под руки, сложенной «козырьком».)

Есть арбузы: (Округлить руки перед собой, сцепив пальцы.)

Раз, два, три. (Посчитать арбузы, указывая на них пальцем.)

А на ветке - абрикос. (Потянуться руками вверх.)

Он на солнце так попрос! (Развести руки в стороны.)

Ты за ним танись, танись, (Подняться на носочки, потянуться вверх.)

Но, смотри, не оступись! (Быстро присесть на корточки, руки - в пол.)



Осенний ветер и деревья.

[Осенний ветер]

Осенний ветер деревья качал, (Покачаться из стороны в сторону.)

К земле низко-низко их пригибал. (Наклониться вперёд.)

Склонились ветки к самой земле. (Упереться руками в пол.)

Кланялись ветки тебе и мне. (Поклоны с рукой.)

Ветер утих, - (Выпрямиться.)

Вновь стройны и упруги (Руки вверх.)

И не страшны им ветер и вьюги. (Потянуться вверх, встав на носочки.)



Ветер северный подул

[Ветер] Ветер северный подул: «С-с-с-с-...»

Все листья с липы сдул. (Присесть).

Дождик стал по ним стучать: «Кап-кап-кап, кап-кап-кап!»

(Попрыгать на месте.)

Снег потом припорошил, (Движения руками вперёд-назад.)

Одеялом их накрыл. (Руки над головой «домиком».)



Зайки на зарядке.

[Зайки на зарядке.] Скачут, скачут по лесочку (Руки возле груди, словно лапки зайцев, прыжки на двух ногах.)

Зайцы, - серые клубочки. (Прыжки на двух ногах из стороны в сторону.)

Прыг-скок, прыг-скок, - (Прыжки на двух ногах вперёд-назад.)

Встал зайчонок на пенёк. (Встать прямо.)

Всех построил по порядку. (Приставные шаги.)

Стал показывать зарядку: (Руки - вперёд, вверх, вниз.)

«Раз! Шагаем все на месте! (Шаги на месте.)

Два! Руками машем вместе! (Прямыми руками перед собой - «ножницы».)

Три! Присели, дружно встали. (Соответственно.)

Все за ушком почесали. (Соответственно.)

На «четыре» - потянулись. (Вытянуть руки вверх, потянуться.)

Пять! Нагнулись и прогнулись. (Соответственно.)

Шесть! Все встали снова в ряд. (Выпрямиться.)

Зашагали, как отряд». (Шаги на месте.)

