

ПОГЛАЖИВАНИЕ

Кошка к мальчику (девочке) пришла,
Мягкой лапкой провела.
Гладит лапкой кошечка,
«Отдохни немножечко»
«Мур - мур - мур, мур – мур - мур»,
«Отдохни немножечко».

Кошка лапкою погладит.
Вот и все, спасибо, хватит.
И сказала кошечка:
«До свиданья, крошечка!»
«Мур – мур – мур, мур – мур – мур»,
Возвратиться кошечка.

РАСТИРАНИЕ

Мы ладошки разотрем,
С мячиком играть начнем!

Каруселька взад – вперед -
На прогулку нас зовет.
Покатать туда – сюда
Может нас она всегда.
Тру – ла – ла, тру – ла – ла,
Покатает нас она.

ИГРЫ С МЯЧОМ

Этот шарик непростой,
Весь колючий, вот такой!
Меж ладошками кладем,
Им ладошки разотрем.
Вверх-вниз его катаем,
Свои ручки развиваем.
(движения соответствуют тексту)

«Ёжика» в руках кручу, *(пальчиками крутим мячик)*
Поиграть я с ним хочу.
Домик сделаю в ладошках - *(прячем мяч в ладошках)*
Не достанет его кошка. *(прижимаем ладони к себе)*

Ёжик – непоседа на месте не сидит.
Ёжик – непоседа ладошку веселит!
(выполняем круговые движения мячом между ладонями)
Веселиться любит ёжик, сколько сделал он дорожек!
(прокатываем мяч между ладонями вперед-назад)
Ладошка – ладошка, помни ежа немножко,
Если будет он кататься, тебе захочется смеяться!
(сжимаем мяч в ладонях)

Тише, мяч, не торопись,
Ты по ручкам прокатись,
Ты по ножкам прокатись,
И обратно возвратись.
(движения соответствуют тексту)

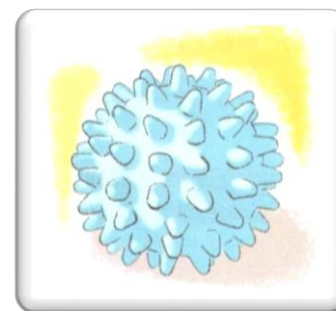
«Орех»

Я катаю свой орех, по ладоням снизу вверх.
А потом обратно, чтоб стало мне приятно.
Я катаю свой орех, чтобы стал круглее всех.
Вокруг земли луна летает, а зачем сама не знает.
(движения соответствуют тексту)

Мячик сильно я сжимаю
И ладошку поменяю.
(сжимать мячик правой затем левой рукой)
«Здравствуй, мой любимый мячик!» -
Скажет утром каждый пальчик.
*(удержать мяч указательным и большим
пальцем, затем средним и большим,
безымянным и большим, мизинцем и большим)*

САМОМАССАЖ

«ПОИГРАЕМ С МЯЧИКОМ – «ЁЖИКОМ»»



Составитель: инструктор по ФК
Черепанова Л.Г.
МАДОУ № 40, г. Краснотурьинск