

# Картотека пальчиковой гимнастики «Зима»

## «Елка»

Елка быстро получается,  
Если пальчики сцепляются.  
Локотки ты подними,  
Пальчики ты разведи.

*Ладони от себя, пальчики пропускаются между собой (ладони под углом друг к другу). Пальчики выставляются вперед. Локотки к корпусу не прижимаются.*

## «Птички зимой»

Прилетайте, птички!

*(«Зовущие» движения пальцами обеих рук)*

Сала дам синичке.

*(«Режущие движения» одной ладони по другой)*

Приготовлю крошки,

*(Пальцы щепоткой – «крошить» хлеб)*

Хлебушка немножко.

*(Тереть подушечки пальцев друг о друга)*

Эти крошки – голубям,

*(Вытянуть вперед правую руку с раскрытой ладонью)*

Эти крошки – воробьям.

*(Тоже самое с левой ладонью)*

Галки да вороны,

Ешьте макароны!

*(Тереть ладонь о ладонь, катая из хлеба макароны)*

## «Зимние забавы»

Что зимой мы любим делать?

В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься,

Вниз с горы на санках мчаться.

*(Поочередно соединяют большой палец с остальными.)*

Новогодние игрушки

Праздник приближается,

Елка наряжается.

*(Поднимают руки вверх «к макушке елки» и, опуская вниз, разводят в стороны.)*

Мы развешали игрушки:

Бусы, шарики, хлопушки.

*(Поочередно соединяют большой палец с остальными.)*

А здесь фонарики висят,

Блеском радуют ребят.

*(Крутят ладошками в воздухе - «фонарики».)*

## «Прогулка»

Раз, два, три, четыре, пять *(загибаем пальчики)*

Мы во двор пошли гулять

*(указательным и средними пальчиками "идем" по столу)*

Бабу снежную слепили *(катаем ручками "комоч")*

Птичек крошками кормили *(«кормим птичек»)*

С горки мы потом катались

*(ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)*

А ещё в снегу валялись

*(кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)*

Все в снегу домой пришли *(отряхиваем ладошки)*

Суп поели *(«едим суп»)*,

Спать легли *(ладошки под щечку).*

### **«Варежка»**

Маша варежку надела:

«Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал».

Маша варежку сняла:

«Поглядите – ка, нашла!»

Ищешь, ищешь и найдешь,

Здравствуй, пальчик, как живешь?

*Сжать пальцы в кулачок.*

*Все пальцы разжать, кроме одного.*

*Разогнуть оставшийся согнутым палец.*

*Сжать пальцы в кулачок.*

### **«Снежок»**

Раз, два, три, четыре, *(загибать пальчики)*

Мы с тобой снежок слепили

*(лепить, меняя положение ладоней)*

Круглый, крепкий, очень гладкий.

*(показывают круг, гладят ладони друг о друга)*

Раз – подбросим, *(“подбросить”, посмотреть вверх)*

Два – поймаем. *(“ловят”, приседают)*

Три – уроним *(встают, “роняют”)*

И ... сломаем! *(топают)*

### **«Спортсмены»**

Чтоб болезней не бояться *(Поднимают руки к плечам, плечам, в стороны.)*

Надо спортом заниматься *(Сжимаем и разжимаем кулаки.)*

Играет в теннис теннисист *(Сгибаем пальцы в кулачок, начиная с мизинца.)*

Он спортсмен, а не артист.

В футбол играет футболист.

В хоккей играет хоккеист,

В волейбол — волейболист,

В баскетбол — баскетболист.

### **«Лыжники»**

Мы бежим с тобой на лыжах

*(Дети “скользят” шагают пальцами по столу (на лыжах))*

Снег холодный лыжи лижет

*(“Скользят”, делая поочередно движения пальцами)*

А потом – на коньках,

*(“бегут” на коньках)*

Но упали мы. Ах!

А потом снежки лепили,

*(Показывают, как лепят снежки (сверху то одна рука, другая))*

А потом снежки катили,

*(Катят воображаемый комок)*

А потом без сил упали

*(“Кидают друг в друга”)*

И домой побежали

### **«Зимние забавы»**

Лепим мы из снега ком,

*(Дети сжимают и разжимают кисти рук)*

Из комочков слепим дом.

*(Соединяют кончики пальцев рук, слегка разводят ладони в стороны)*

Звери будут в доме жить,

*(Хлопают в ладоши)*

Веселиться и дружить,  
Вместе домик сторожить  
*(Соединяют руки в «замок»)*  
Давай, дружок  
Давай, дружок, смелей, дружок!  
*(Дети лепят воображаемый ком и катят его от себя)*  
Кати по снегу свой снежок –  
Он превратится в толстый ком.  
*(Рисуют в воздухе круг)*  
И станет ком снеговиком.  
*(Дети рисуют три разные по величине круга снизу вверх)*  
Его улыбка так светла!  
*(Прикладывают ладони к щекам, изображая широкую улыбку)*  
Два глаза, шляпа, нос, метла.  
*(Дети показывают указательными пальцами глаза, ладонью – шляпу, кулачком правой руки – нос и воображаемую метлу)*  
Но солнце припечёт слегка –  
*(Дети поднимают руки вверх)*  
Увы! И нет снеговика!  
*(Поднимают плечи и разводят руки в стороны, затем садятся на корточки, закрывая голову руками)*

### **«Мороз»**

Вечер приближается (разведите руки в стороны,  
Вьюга начинается (покачайте над головой руками из стороны в сторону).  
Крепчает мороз (с усилием сожмите кулаки)  
—Щиплет щеки, щиплет нос (пальцами слегка ущипните щеки и нос)  
Руки стали замерзать (потрите ладони)  
Надо их отогреть (подышите на ладони).  
Вечер приближается (разведите руки в стороны)  
Темнота сгущается.

### **«Зима»**

Пришла зима, (трем ладошки друг о друга)  
Принесла мороз. (пальцами массируем плечи, предплечья)  
Пришла зима, (трем ладошки друг о друга)  
Замерзает нос. (ладонью массируем кончик носа)  
Снег, (плавные движения ладонями)  
Сугробы, (кулаки стучат по коленям попеременно)  
Гололед. (ладони шоркают по коленям разнонаправленно)  
Все на улицу — вперед! (обе руки протянуть вперед)

### **«Мороз»**

Ой, сердит мороз (качают головой, взявшись за нее руками)  
Ветки снегом занес. (Взмахивают кистями рук)  
Хватает за нос. (Хватают себя за нос)  
Щиплет до слез (Щиплют себя за щеки)  
Ребятишки не пугаются (Грозят пальчиком)  
И на лыжах («Едут на лыжах»)  
И на саночках катаются («Едут на санках»)  
Над морозом сердитым потешаются. (Прыгают и одновременно хлопают в ладоши)

### **«Зима»**

Наши ручки замерзают. (Кулачки крепко прижать друг к другу)  
Поиграем – ка немножко (Разжать кулачки, хлопать в ладони.)  
Да похлопаем в ладошки. (Хлопать в ладоши)  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп!  
Пальчики, чтоб их согреть, (Прижать ладони друг к другу, тереть)

Сильно надо растереть. (ладонь о ладонь.)

Пальчики мы согреваем, (Греем руки круговыми движениями)

Их сжимаем – разжимаем! (сжимаем и разжимаем кулачки.)

### **«Новогодний праздник»**

Ждали праздника мы долго. (Трём ладошку о ладошку.)

Наконец пришла зима. (Сжать кулаки, прижать их друг к другу.)

Наконец пришла зима (Пальцы «идут» по столу, по коленкам.)

В гости ёлку привела.

(Пальцы показывают Ёлочку, указательные пальцы сцепляются)

К ёлке все мы подошли,

Хороводы завели. (Круговые движения кистями рук.)

Покружились, поплясали, (Кисти рук опустить, расслабить.)

Даже чуточку устали.

Дед Мороз скорей приди,

(Ладони прижать друг к другу, потом протянуть вперёд).

Нам подарки принеси.

### **«Подарки»**

Дед мороз принес подарки: («Шагают» пальчиками по столу.)

Буквари, альбомы, марки, (На каждое название загибают

Кукол мишек и машины, по одному пальчику, сначала на

Попугая и пингвина, правой, потом на левой руке.)

Шоколадок пол мешка (Делают из пальчиков правой руки

И пушистого щенка! мордочку щенка, согнуты

Гав! Гав! средний и указательный пальчики – «ушки»)

### **«Снегопад»**

Белых хлопьев белый пух плавно и спокойно (Вращают кисть руки).

Над деревьями кружит и над колокольной. (Руки вверх).

Каждый дом и каждый куст греют, одевают (Показывают крышу дома).

Снеговая шубка и шапка снеговая. (Показывают шубку и шапку).

Белых хлопьев белый пух с неба валит валом, (Показывают, как падает снег).

Укрывая белый свет белым одеялом, (Поглаживают одну ладонь другой).

Чтобы слева, впереди, позади и справа (Показывают направления).

Сладко спали до весны дерева и травы. (Показывают, как спят).

Это сколько ж наметет снега за ночь-то! (Руки у щек, покачивают головой).

Это как же полетят с горки саночки! (Левой ладонью проводят сверху вниз по правой руке).

### **«На ёлке»**

Мы на елке веселились, (Ритмичные хлопки в ладоши)

И плясали, и резвились. (Удары кулачками.)

После добрый Дед Мороз

(«шагают» средним и указательным пальчиками по столу.)

Нам подарки преподнес. («рисуют» руками большой круг.)

Дал большущие пакеты,

В них же вкусные предметы: (Ритмичные хлопки в ладоши)

Конфеты в бумажках синих, (Загибают пальчики, начиная с большого)

Орешки рядом с ними,

Груша, яблоко,

Один золотистый мандарин.

### **«Погреем пальчики»**

Снег руками собирали,

Наши пальчики устали.

Мы их будем растирать,

Мы их будем согревать.

Чтобы стали горячее,

*(Энергично разминать Энергично сжимают и разжимают пальцы обеих рук. Энергично потирают ладонь о ладонь. (2 раза).*

### **«Погреемся»**

Поиграем-ка немножко (Дети хлопают в ладоши).

Да похлопаем в ладошки.

Пальчики мы согреваем, (Сжимают пальцы в кулак и разжимают).

Их сжимаем, разжимаем.

### **«Елочка»**

Ждут красавицу колючую («Рисуют» руками елочку.)

В каждом доме в декабре. (Делают ладошками «дом».)

На ветвях зажгут фонарики, (Показывают «фонарики».)

Искры брызнут в серебре. (Руки над головой, пальцы оттопырены.)

Сразу станет в доме празднично, (Берутся за руки и становятся в хоровод.)

Закружится хоровод.

Дед Мороз спешит с подарками, (Идут по кругу с воображаемым

Наступает Новый год. мешком за плечами.)

### **«Мы во двор пошли гулять»**

Раз, два, три, четыре, пять, (Загибают пальчики).

Мы с тобой снежок слепили. (Дети "лепят").

Круглый, крепкий, очень гладкий (Показывают круг, сжимают ладони, гладят одной ладонью другую).

И совсем-совсем не сладкий. (Грозят пальчиком).

Раз — подбросим, ("Подбрасывают").

Два — поймаем, ("Ловят").

Три — уроним ("Роняют").

И. ломаем. (Топают).

### **«Наряжаем ёлку»**

Раз, два, три, четыре, пять

(Поочерёдно соединяют подушечки пальцев обеих рук, начиная с большого.)

Будем ёлку наряжать

(Соединяют ладони «домиком» над головой и разводят руки в стороны)

Мы повесим шарики,

(Соединяют подушечки пальцев обеих рук, образуя шарики)

Яркие фонарики,

(Прижимают ладони друг к другу, пальцы раздвинуты, выполняют вращательные движения ладонями вперёд – назад)

Весёлого Петрушку,

(Показывают длинный нос)

И разные игрушки:

(Вытягивают ладони вперёд)

И мишку - шалунишку

(Показывают «мишкины лапы» и покачиваются из стороны в сторону)

И зайнку – трусишку

(Прикладывают раскрытые ладони к голове).

### **«Снеговик»**

Давай, дружок, смелей, дружок

Кати по снегу свой снежок –

Он превратился в толстый ком.

Его улыбка так светла!

Два глаза... шляпа... нос... метла...

Но солнце припечет слегка –

Увы, и нет снеговика.

*Показать, как лепят снежки.*

*Поставить руки на пояс, покачать головой и улыбнуться.*

*Руками показать на глаза, голову, нос, поднять одну руку вверх, раздвинуть пальцы («метла»).*

*Приложить ладонь ко лбу и посмотреть вверх.*

*Развести руки в стороны.*

### **«Новый год»**

Наступает Новый год! (Хлопаем в ладоши)

Дети водят хоровод.

(Кисти сцеплены пальцами, руки вытянуты, кисти вращаем внутрь-наружу)

Висят на елке шарики, (Поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар)

Светятся фонарики. (Фонарики)

Вот сверкают льдинки, (Сжимать и резко разжимать кулаки поочередно)

Кружатся снежинки. (Легко и плавно двигать кистями)

В гости Дед Мороз идет, (Пальцы шагают по коленям или по полу)

Всем подарки он несет. (Трем друг об друга ладони)

Чтоб подарки посчитать,

(Хлопаем по коленям или по полу, одна рука - ладонью, другая - кулаком, затем меняем)

Будем пальцы загибать: (по очереди массируем каждый палец)

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10.

### **«Ёлочка»**

Утром дети удивились, (разводят руки в стороны, подняв плечи)

Что за чудеса случились

Этой ночью новогодней.

Ожидали, что угодно, (сжимают и разжимают пальцы)

А увидели парад:

В ряд снеговики стоят, (руками рисуют в воздухе три круга)

Глазки весело горят, (закрывают и открывают ладонями глаза)

А перед ними ёлочка (хлопают в ладоши)

Пушистая, в иголочках.

### **"Снегопад".**

Белых хлопьев белый пух плавно и спокойно (*Вращают кисть руки*).

Над деревьями кружит и над колокольней. (*Руки вверх*).

Каждый дом и каждый куст греют, одевают (*Показывают крышу дома*).

Снеговая шубка и шапка снеговая. (*Показывают шубку и шапку*).

Белых хлопьев белый пух с неба валит валом, (*Показывают, как падает снег*).

Укрывая белый свет белым одеялом, (*Поглаживают одну ладонь другой*).

Чтобы слева, впереди, позади и справа (*Показывают направления*).

Сладко спали до весны дерева и травы. (*Показывают, как спят*).

Это сколько ж наметет снега за ночь-то! (*Руки у щек, покачивают головой*).

Это как же полетят с горки саночки! (*Левой ладонью проводят сверху вниз по правой руке*).

Г. Лагздынь

### **«Ёлочка- красавица».**

Зеленая красавица

В лесу всегда растет,

А в Новый год нарядится

И в гости к нам придет (Елка)

*Когда малыш отгадает загадку, покажите пальчиковое упражнение «Ёлочка» и одновременно прочитайте стишок:*

Посмотри: на нашей елке

Очень колкие иголки.

От низа до макушки

Висят на ней игру гики —

Звездочки и шарики,

Яркие фонарики.

*Предложите ребенку изобразить с помощью пальчиков елочные игрушки, которыми украшена новогодняя елка, и прочитайте стихи и загадки о них.*

### **«Шарики»**

*Руки согните в локтях и, подняв их вверх, соедините пальцы. Повращайте кистями рук*

На глазах у детворы  
Елка наряжается.  
Разноцветные шары  
На ветвях качаются.

### **«Шишка»**

*Ладони соедините, округлите, пальцы переплетите в замок (пальчиковое упражнение «Шарики»),*

А на елке пашей шишки.  
Шишки не простые —  
Шишки золотые.

### **Зимой**

Снег пушистый лег на ветки.

(Изображаем руками деревья: сгибаем руки в локтях и высоко поднимаем их.

пальцы растопыриваем, изображая ветви дерева)

И гулять бегут все детки.

(Указательный и средний пальцы обеих рук «бегут» по столу, как ножки)

Лепят бабу под окном,

(Делаем «колечки» правой и левой рукой и устанавливаем их одно над другим)

Дружно катят снежный ком.

(Соединяем кончики пальцев рук так, чтобы получились «шарики»)

### **Строитель**

Копая, копаю лопаткой снежок,  
Построю из снега домик-теремок.  
крышу

И окна, и двери я вырублю в нем,  
Почищу дорожки, посыплю песком.

А зайке скажу: «Приходи ко мне жить!  
к себе

Мы будем, зайчишка, с тобою дружить!»

Имитируем движения

Соединяем пальцы рук над головой, делаем

Ребром ладоней "вырубает"

Имитируем движения

Одной рукой изображаем зайчика, другой маним

Пожимаем свои руки

### **Снежинка**

Стою и снежинки в ладошку ловлю (Ритмичные удары пальцами левой руки, начиная с указательного, по ладони правой руки.)

Я зиму, и снег, (Ритмичные удары пальцами правой

и снежинки люблю, руки, начиная с указательного, по ладони левой руки.)

Но где же снежинки? (На вопрос сжать кулаки, на ответ — разжать)

В ладошке вода,

Куда же исчезли снежинки? Куда? (На первый вопрос сжать кулаки, на второй — разжать.)

Растаяли хрупкие льдинки-лучи...

(Мелкие потряхивания расслабленными ладонями)

Как видно, ладошки мои горячи.

# ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ НА НОВОГОДНЮЮ ТЕМУ

## Физминутка «Зимой»

Как интересно нам зимой! (показывают большим пальцем вверх)  
На санках едем мы гурьбой, (имитируют катание на санках)  
Потом в снежки мы поиграем, (имитируют лепку и бросание снежков)  
Все дружно лыжи одеваем, («одевают» лыжи, «берут» палки, «едут»)  
Потом все встали на коньки, (изображают катание на коньках)  
Зимой веселые деньки! (показывают большим пальцем вверх)

## Физминутка «Новый год»

У всех Новый год, И у нас Новый год. (Делают шаг с притопом и одновременно хлопают в ладоши, поворачиваясь в правую сторону и в левую.)  
Возле ёлочки зелёной Хоровод, хоровод.  
К нам пришёл Дед Мороз. (Делают лёгкие наклоны головой в разные стороны, как бы сообщая друг другу эту новость.)  
Он игрушек, и хлопушек, И конфет нам принёс! (Кружатся на месте, подняв руки и вращая кистями.)  
Он добрый у нас, Он весёлый у нас,— (Делают шаг с притопом, одновременно хлопают)  
Возле ёлочки зелёной  
Сам пошел с нами в пляс. (Шагаем на месте)

## Физминутка «Елка»

Горит огнями елочка, под нею тени синие, (Поднимаем руки вверх)  
Колючие иголки, как будто в белом инее. (Опускаем через стороны, вниз)  
Огни на елке яркие повсюду зажигаются. (Наклоны вправо, влево)  
Во всех домах, по всей стране ребята улыбаются (Ходьба на месте, улыбка)

## Физминутка «Зимой»

Мы погрееемся немножко, (Натираем плечи)  
Мы похлопаем в ладошки, (Хлопаем в ладоши)  
Ножками потопаем (Топаем на месте)  
И себя похлопаем. (Хлопаем по коленям)

## Физминутка «Гуляют дети»

На дворе мороз и ветер, на дворе гуляют дети.  
Ручки, ручки согревают, ручки, ручки потирают.  
Чтоб не зябли наши ножки, мы потопаем немножко: тот-топ-топ.  
Нам мороз не страшен, вот как мы теперь попляшем.  
(Ходьба на месте Ребенок потирает руку об руку. Ребенок топает ножками. Ребенок приплясывает.)

## Новогодние игрушки

Праздник приближается, (поднимают руки вверх и, опуская вниз,  
Ёлка наряжается. (разводят в стороны.)  
Мы развесили игрушки: (хлопки ладошками.)  
Бусы, шарики, хлопушки. (сжимают и разжимают пальчики.)  
А здесь фонарики висят, (ручки вверху - «фонарики».)  
Блеском радуют ребят.

## Физкультминутка по стихотворению «Ель»

Ель стоит под небом синим,  
На котором звёзды спят.  
(Находимся в положении стоя, вытянутые руки внизу — разводим руки и ноги немного в стороны, ладошки держим параллельно полу — изображаем ель. Голову поднимаем вверх, вытягиваем шею — стараемся увидеть звёздочки «на небе»)  
Всю её раскрасил иней  
От макушки и до пят.  
(Вытянутые руки поднимаем вверх над головой и, делая плавные движения ладошками из



*стороны в сторону, потихоньку наклоняемся и опускаем руки перед собой до пола — так мы «раскрыли» «кисточками-ладошками» всю ёлочку инеем)*

Чистым жемчугом сверкая

В колкой, звонкой тишине,

*(Изображаем пальчиками обеих рук жемчужины — большой и указательный пальцы каждой руки соединяем в маленькие круги. Делаем отрывистые движения руками в разные стороны, сгибая и выпрямляя руки, — показываем, как ярко сверкает наше дерево)*

Ель нарядная такая —

Будто сказка при луне.

*(Возвращаемся в исходное положение, изображая ёлочку: ноги слегка на ширине плеч, вытянутые руки немного разведены в стороны, раскрытые ладони обращены к полу. Делаем небольшие приседания и одновременно поворачиваем тело вправо и влево, немного поднимая и опуская вытянутые руки, — вот такая нарядная наша ёлочка!)*

Облаков плечом касаясь,

*(Снова стоим «ёлочкой». Поднимаем по очереди вверх правое и левое плечо)*

Ловит снег она густой.

*(Подпрыгиваем как можно выше и одновременно хлопаем вытянутым руками над головой - «ловим снег»)*

Даже встал на лапки заяц

Перед этой красотой!

*(Изображаем стоящего на лапках зайчика: присаживаемся на корточки, руки держим на уровне груди. Находясь в таком положении, смотрим вверх и наклоняем поочерёдно голову в одну и другую сторону — показываем, как зайчик восхищается красивой ёлочкой)*

(Автор стихотворения — М. Пляцковский)

### **Физкультминутка по стихотворению «Птичья ёлка»**

У серебряной дорожки,

*(Стоим прямо, руки на поясе, маленькими шажками двигаемся вперёд — прокладываем лесную дорожку)*

Лишь наступит Новый год,

*(Останавливаемся и топчем на месте, по очереди высоко поднимая и опуская согнутые в коленях ноги — так «наступает» Новый год)*

На высокой тонкой ножке

Чудо-ёлочка встает.

*(Встаём на одну ногу, вторую сгибаем в колене — поднимаемся одной ногой на носочек)*

Эта ёлка не простая,

И она не для ребят.

*(Встаём на обе ноги, одна рука на поясе, другую вытягиваем перед собой и поднимаем вверх указательный палец. А теперь изображаем отрицание: вытянутой рукой крутим вправо-влево и одновременно поворачиваем в разные стороны голову — движения головой делаем очень плавно и осторожно)*

Возле ёлочки, летая,

Птицы весело свистят.

*(Изображаем летающих птичек, бегая по комнате и взмахивая руками-«крылышками». Можно даже попробовать посвистеть во время «полёта» — очень хорошее артикуляционное упражнение)*

Тут и дятел, и синицы,

Снегири и воробей —

*(Во время этих слов продолжаем летать и одновременно можно изображать перечисляемых птиц, к примеру: дятел — осторожно опускаем и поднимаем голову, как бы постукивая клювом по дереву; снегирь — сильно выпячиваем грудь вперёд; воробей — часто подпрыгиваем вверх)*

Все хотят повеселиться

Возле ёлочки своей!

*(«Летаем» вокруг или рядом с ёлочкой, кружимся, веселимся. Пусть ребёнок будет дятлом, а взрослый снегирём — покрасуйтесь друг перед другом и посоревнуйтесь, кто красивее)*

Не блестят на ней игрушки

*(Останавливаемся, руки на поясе, осторожно крутим головой вправо-влево — показываем, что нет на ёлочке игрушек)*

И не светится звезда,

*(Изображаем звезду: ноги сильно на ширине плеч, прямые руки высоко разводим в стороны, голова направлена вверх — стараемся всем телом как можно сильнее потянуться в разные стороны)*

Но зато для птиц кормушки

Мы повесили туда!

*(Возвращаемся в обычное положение стоя. Руки вытягиваем вверх над головой, поднимаемся на носочках и тянемся как можно выше, пытаюсь высоко «повесить» на воображаемую ёлочку кормушку)*

Прилетают птичьи стаи

К нам на ёлку в зимний сад,

*(Снова «полетели птички» вокруг ёлочки)*

И в саду, не умолкая,

Колокольчики звенят.

*(Остановились и изображаем звенящий колокольчик: ноги разводим пошире в стороны, прямые руки сцепляем в замочек и опускаем их перед собой. Наклоняемся как можно ниже к полу и водим вытянутыми руками между ног вперёд и назад, ноги можно слегка согнуть в коленях)*

(Автор стихотворения — З. Александрова)

### **Мороз Красный нос**

Ой, Мороз Красный нос,

Мы тебя все знаем. (Хлопки в ладоши.)

И тебя, Дед Мороз,

Радостно встречаем. (Руки на поясе, наклоны туловища вперед.)

Ой, Мороз Красный нос,

Песню запеваем. (Хлопки в ладоши.)

И тебя в хоровод

К детям приглашаем.

(Приседания.)

Ой, Мороз Красный нос,

Бей сильней в ладоши! (Хлопки в ладоши.)

А у нас веселей Затанцуют ножки! (Прыжки на месте.)

Я, Мороз Красный нос,

С белой бородою. (Хлопки в ладоши.)

Ущипну, так до слез,

Не шути со мною. (Топание ногами.)

Для чего, почему (Хлопки в ладоши.)

Должен я сердиться?

(Приседания.)

Я пришел к вам, друзья, (Прыжки на месте.)

Чтобы веселиться! (Хлопки в ладоши.)

(Э. Богуславская)

## Новогодний праздник.

Наша елка велика  
(круговое движение руками),  
Наша елка высока  
(вставать на носочки),  
Выше мамы, выше папы  
(присесть и встать на носки),  
Достает до потолка  
(потянуться).  
Будем весело плясать. Эх, эх, эх!  
Будем песни распевать. Ля-ля-ля!  
Чтобы елка захотела  
В гости к нам прийти опять!  
(пляшут, притопывая ногами, разводя руками в стороны и ставя на пояс)  
Здравствуй, здравствуй, Новый год (хлопаем)!  
Ёлка в гости к нам придёт (шагаем).  
Принесёт нам Дед мороз (шагаем)  
смеха, шуток целый воз (смеёмся)!

### Физминутка «Собрались мы все в кружок»

Мы потопаем, мы похлопаем.  
Будем весело плясать, будем руки согревать.  
Мы потопаем, мы похлопаем,  
Чтоб нам было веселее, будем прыгать мы скорее.  
Выпал беленький снежок  
Собрались мы все в кружок  
Мы потопаем, мы похлопаем.  
Будем весело плясать, будем руки согревать.  
Мы потопаем, мы похлопаем,  
Чтоб нам было веселее, будем прыгать мы скорее.

### Физминутка «Снежная баба»

Мы бабу снежную лепили, (Изображают в воздухе последовательно три круга.)  
Чтоб краше не было ее. (Проводят пальцами по лицу.)  
Лопатами весь снег собрали, (Имитируют движения лопатой.)  
Не позабыли ничего.  
Сначала ком большой скатали (Изображают руками в воздухе максимально большой круг.)  
И плотно этот ком прижали. (Изображают перед собой руками круг, опускают его.)  
Второй поменьше был размером. (Изображают круг меньше.)  
На первый он уселся смело. (Приседают.)  
А третьим – голова была (Показывают на голову.)  
И участи своей ждала. (Подпирают голову ладонями.)  
Лицо украсили морковкой, (На уровне носа пальцами изображают морковку.)  
И угольками вместо глаз. (Показывают на глаза.)  
Прорисовали ротик ловко, (Трогают рот.)  
Смотрели в профиль и анфас. (Поворачивают голову в сторону, прямо.)  
На голову ведро надели, (Делают движения двумя руками сверху вниз по голове.)  
Украсили его пером. (Поднимают одну руку вверх расставляют пальцы.)  
Метлу воткнули для порядка (Делают движение «подметание».)  
Трудились дружно всем двором! (Скрещивают пальцы рук в замок.)

### **Игра – имитация «Снежинки и ветер»**

Снежинки, снежинки по ветру летят. (легкий бег, кружение)

Снежинки, снежинки на землю хотят. (присели)

А ветер дует сильней и сильней, (быстрый бег)

Снежинки кружатся быстрее и быстрее. (кружение)

Вдруг ветер утих, стало тихо кругом.

Снежинки слетелись в большой снежный ком.

(прибежали к воспитателю, присели или обняли др.др.)

### **Физминутка «Выпал беленький снежок»**

Выпал беленький снежок – соберёмся все в кружок.

(Идут по кругу, держась за руки)

Все потопаем, все потопаем! (идут, топая ногами)

Будем весело играть, будем ручки согревать. (сужают круг)

Все похлопаем, все похлопаем! (Хлопки)

Если холодно стоять (Расширяют круг)

Мы похлопаем опять (хлопки по плечам)

По коленочкам, по коленочкам (хлопаем по коленям).

Чтобы стало нам теплей, (пружинка)

Будем прыгать веселей –

Все попрыгаем, все попрыгаем! (поскоки)

### **Физминутка "На дворе мороз и ветер" (мл.гр.)**

Ребенок выполняет движения, о которых говорится в тексте.

На дворе мороз и ветер,

На дворе гуляют дети,

Ручки, ручки потирают,

Ручки, ручки согревают.

(Дети потирают одну ладонь о другую)

Не замерзнут ручки-крошки –

Мы похлопаем в ладошки.

Вот как хлопать мы умеем,

Вот как ручки мы согреем!

(Хлопают в ладоши)

Чтоб не зябли наши ножки,

Мы потопаем немножко.

Вот как топать мы умеем,

Вот как ножки мы согреем!

(Топают ногами в такт словам)