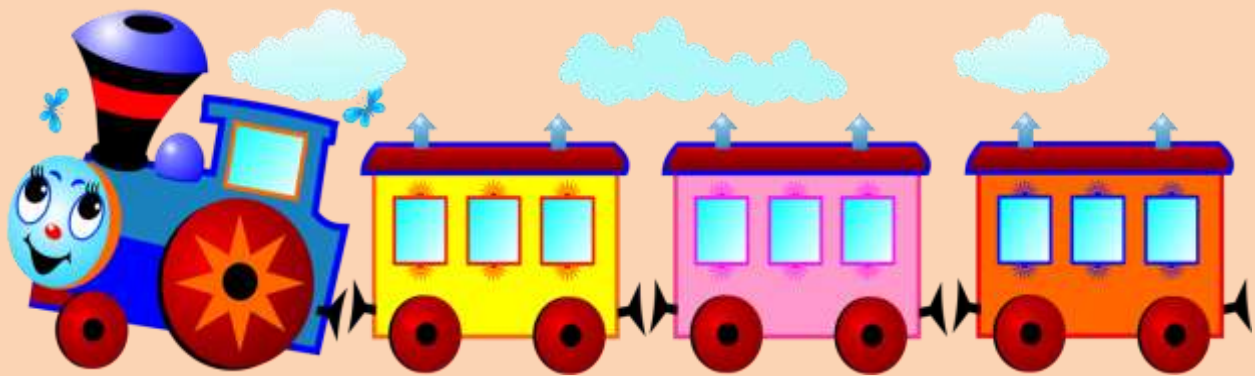


Зарядка «Паровозик»



Воспитатель:

Я – веселый паровоз!

Сигналю я всех звонче!

Отправляться мне пора,

Где мои вагончики?

Дети строятся друг за другом, громко проговаривая слова.



Дети:

Мы – вагончики-малышки,

Мы - девчонки и мальчишки,

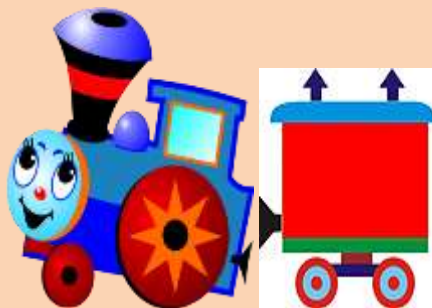
Дружно мы цепляемся,

В путь мы отправляемся!

Будет путь у нас нелегкий,

Впереди ждут остановки!

Дети идут за воспитателем, образуя круг.



Воспитатель:

Остановка первая

С названием «Смотрелкино»

Смотрим мы по сторонам,

Все увидеть нужно нам!

Дети смотрят влево и вправо, голова прямо, работают только глаза (5 раз).

Дети:

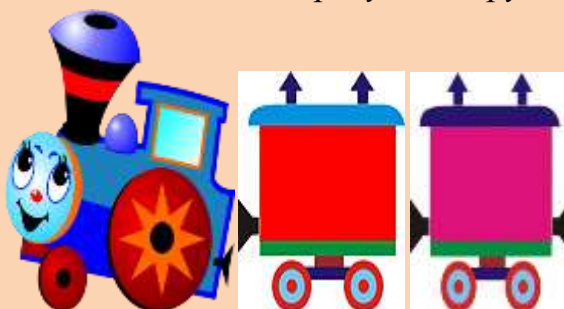
Друг к другу мы цепляемся,

В путь мы отправляется!

Будет путь у нас нелегкий,

Впереди ждут остановки!

Дети идут паровозиком за воспитателем, образуется круг.



Воспитатель:

На остановке второй

Мы вращаем головой.

Повороты головой вправо и лево.

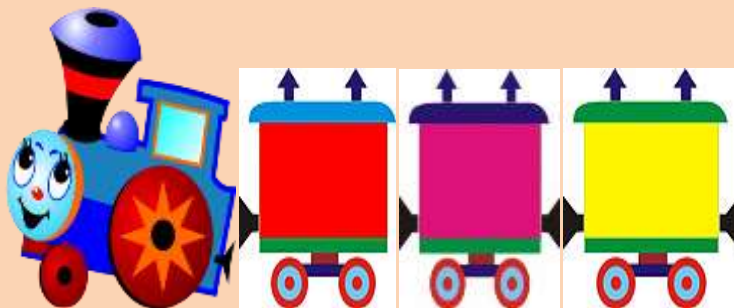
Дети:

Друг у другу мы цепляемся,

В путь мы отправляемся!

Будет путь у нас нелегкий,

Впереди ждут остановки!

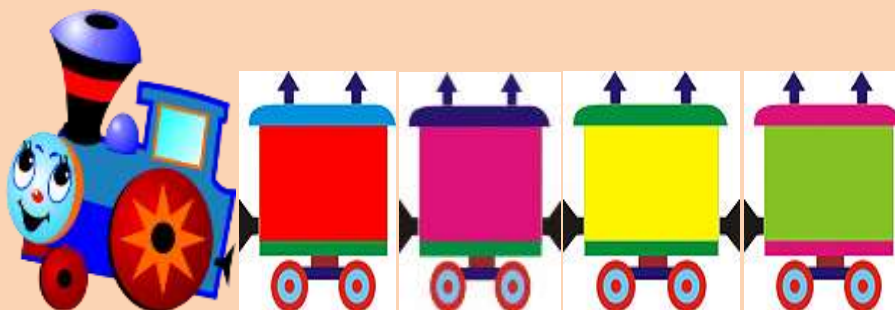


Воспитатель:

На третьей остановке встанем
И руками поворачиваем.
Вращение рук вперед и назад.

Дети:

Друг у другу мы цепляемся,
В путь мы отправляемся!
Будет путь у нас нелегкий,
Впереди ждут остановки!

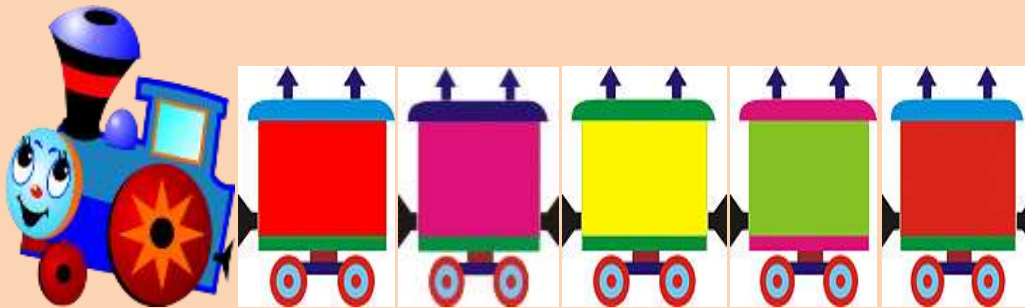


Воспитатель:

На остановке четыре
Мы поставим ноги шире.
Прыгнем дружно высоко,
Руками сделаем хлопок.
Ноги на ширине плеч, прыжки вверх и хлопок руками.

Дети:

Друг у другу мы цепляемся,
В путь мы отправляемся!
Будет путь у нас нелегкий,
Впереди ждут остановки!



Воспитатель:

На пятой остановке даже

Большие «ножницы» покажем.

Выполняют соответствующие движения руками.

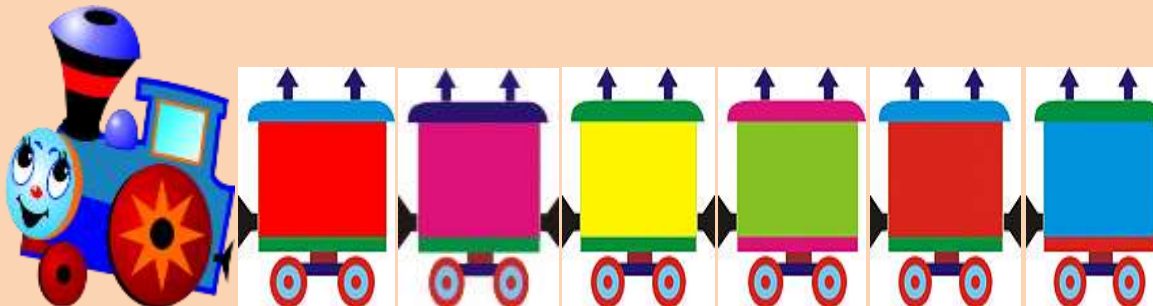
Дети:

Друг у другу мы цепляемся,

В путь мы отправляемся!

Будет путь у нас нелегкий,

Впереди ждут остановки!



Воспитатель:

На остановке номер шесть

Нужно нам шесть раз присесть!

Присаживаются, руки перед собой.

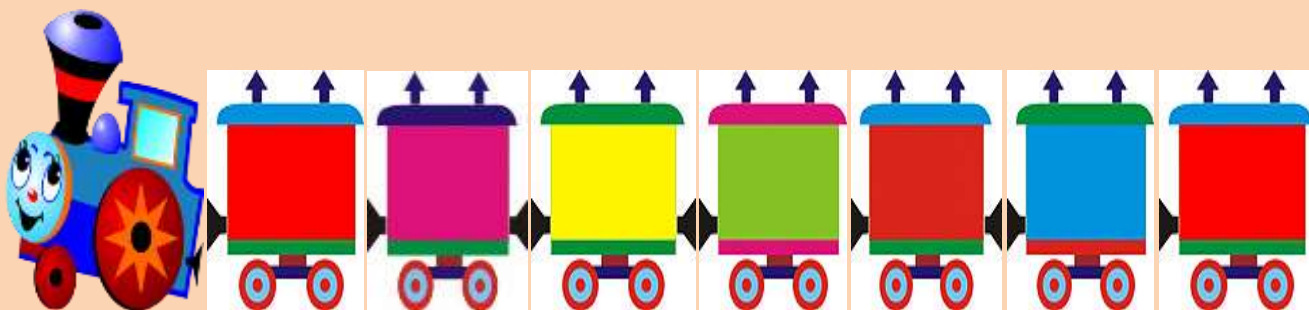
Дети:

Друг у другу мы цепляемся,

В путь мы отправляемся!

Будет путь у нас нелегкий,

Впереди ждут остановки!



Воспитатель:

На остановке номер семь
Наклониться нужно всем!
Влево, вправо, влево, вправо,
Спину держим только прямо.
Руки на поясе, наклоны в сторону.

Воспитатель:

Чтоб в депо не опоздать,
Нужно дружно побежать.
Легкий бег по кругу.



Воспитатель:

Паровоз в депо успел,
Он сделал очень много дел!
Нужно нам теперь помыться
И вкусной кашей подкрепиться!
Выстраиваются мыть руки.