***«Бегут ручьи, кричат грачи»***

***1. «Солнце поднимается, день прибавляется».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке, руки внизу.

1,3- руки вверх через стороны. Подняться на носки;

2,4 – и. п.

***2. «Медведь проснулся, в берлоге потянулся».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке, руки перед грудью.

1,3 – руки в стороны – потянуться;

2.4 – и. п.

***3. «Кончались метели, грачи прилетели».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке, руки вдоль туловища.

1,3 – наклон туловища вперед

2.4 – и. п.

***4. «Тает снежок, побежал ручеек».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке, руки на поясе;

1,3 – присесть, руки вперед,

2.4 – и. п.

***5. «Воробьи чирикают, через лужи прыгают».***

И. п- ноги вместе

1,3 – прыжком ноги врозь, руки в стороны;

2.4 – и. п. прыжком.

В чередование с ходьбой на месте.

***«Весна, весна на улице»***

***1. «Мы очень любим город свой!***

И. п. – ноги вместе.

1,3- руки через стороны вверх;

2,4 – и. п.

***2. «Чайки над водой кружатся».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке, руки в стороны .

1-4 – движения руками вверх-вниз.

***3. «Дождь весенний застучал».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке.

1 – 3- наклон туловища вперед, легко руками хлопнуть по коленям 3 раза, сказать «тук – тук – тук»;

4 – и. п.

***4. «Щебечут птицы в старом парке».***

И. п. – ножки на узенькой дорожке, руки на поясе.

1,3 – поворот туловища вправо (влево);

2,4 – и. п.

***5. «Малыши в мячи играют».***

И. п. – ноги вместе, руки на поясе.

Прыжки на двух ногах на месте в чередование с ходьбой.

***6. «Мы на лавочку присядем и немножко отдохнем».***

И. п. – о. с., руки на поясе.

1,3 - присесть, руки вниз, коснуться носочков ног-выдох;

2,4 – и. п. – вдох.

***«В лесу»***

***1. «Дышим лесным воздухом».***

И. п. – ноги на узенькой дорожке, руки вдоль туловища.

1- руки в стороны;

2-руки вверх

3-руки в стороны

4-руки вверх

***2. «Отгоняем комаров».***

И. п. – ноги вместе, руки вниз.

1 – руки вверх,

2-3 – помахать руками

4 – опустить руки

***3. «Ищем грибы».***

И. п. – ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

1,3 – наклон туловища вперед

2,4 – и.п

***4. «Грибки в корзинку».***

И. п. – ноги вместе, руки на пояс. Прыжки на месте в чередование с ходьбой на месте.