

ЯНВАРЬ



«Зайки»

I. В кроватках

1. «Потягушки»

Это кто уже проснулся? (Тереть глазки кулачками).

Кто так сладко потянулся? (Потянуться, подняв руки вверх).

Потягушки-потягушки-потягушечки.  
(Потянуться вверх одной рукой, другой, подняв руки вверх).

От носочков до макушки (Присесть показывая носочки, встать, подняв руки вверх).

Уж мы тянемся - потянемся, (Потянуться вверх одной рукой, другой).

Маленькими не останемся, (Движение пальчиком из стороны в сторону).

Вот уже растём, растём ... (Из положения приседа постепенно вставать, поднимая ручки вверх).

II. Возле кроваток

Зайка беленький сидит (Присаживаются на корточки и покачивают головой).

И ушами шевелит.

Вот так, вот так!

Зайке холодно сидеть,

Надо лапоники погреть.

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! (Хлопают).



Зайке холодно стоять,  
Надо зайке поскакать,  
Скок-скок, скок-скок! (Прыжки на двух ногах).  
Кто-то зайку испугал,  
Зайка прыг ... и ускакал. (Дети убегают по ребристой дорожке из спальни).

III. Ходьба по кочкам (Из любого материала).

IV. П/и «Зайчишка - трусишка»

Воспитатель: - Играем в огород. Вы - морковки.  
Зайчишка-трусишка, (Приседают свободно в группе)

Ишь какой ворюшка, (Воспитатель берёт игрушку)

В огород прискакал,  
Морковку таскал.

Убегайте, морковки. (Дети убегают к стульчикам)

