Упражнения с детьми

ЛАДОШКИ

Ладошки вверх!

*(Кладем на стол кисти рук ладонями вверх)*

Ладошки вниз!

*(Переворачиваем ладони)*

А теперь их на бочок!

*(Ставим ладони на ребро)*

И зажали в кулачок!

*(Зажимаем ладони в кулаки).*

«Шел по берегу петух» Шел по берегу петух, (идут на месте, поднимая высоко ноги, руки за спиной)

Поскользнулся, в речку – бух! (круговые движения руками, затем приседают)

Будет знать петух, что впредь (медленно поднимаются грозя пальчиком)

Надо под ноги смотреть! (наклоны вперед)

«Оладушки» Тесто круто замесили, ух – тух! Ух -тух! (сжимать и разжимать кулачки)

Сковородки раскалили, ух – тух! Ух-тух! ( круговые движения двумя руками – как по столу – от центра вправо – влево)

Ди-ди, ла-да, ладушки, испечем оладушки («печем» оладушки)

Хлоп-шлеп, хлоп шлеп, хлоп-шлеп, хлоп- шлеп !

Лады - лады, ладушки, горячи оладушки ! (круговые движения вправо-влево от центра перед собой: «дуют» на ладошки.)