

## Веселая зарядка для малышей

Кроме хорошего настроения, такие упражнения, --со словами и под музыку, --очень полезны для разностороннего развития детей, так как формируют речь, координацию движений, помогают заучивать стихи, что в свою очередь тренирует память, дети знакомятся с разными понятиями.

1

Мы ручками похлопаем - Хлоп-хлоп-хлоп,  
Мы ножками потопаем - Топ-топ-топ,  
Мы руки все подняли  
И дружно опустили.  
И сели все в волшебный самолёт. (руки, согнутые в локтях, перед грудью)  
Завели мотор - Ж- ж- ж,ж-ж-ж-ж-ж-ж (крутим медленно руками перед грудью, увеличивая темп)  
Самолёт летит, а мотор гудит- У-у-у, у-у-у (руки в стороны, поочерёдные наклоны влево и вправо),  
Полетели...

2

Хлоп! Раз, еще раз,  
Мы похлопаем сейчас.  
А потом скорей-скорей  
Хлопай-хлопай веселей!  
Пальчик о пальчик тук да тук,  
Хлопай, хлопай, хлопай!  
Пальчик о пальчик тук да тук,  
Топай, топай, топай!

3

По дорожке мы шагаем  
Топ-топ, ножки, топ!  
И в ладоши ударяем.  
Хлоп-хлоп, ручки, хлоп!  
Ай да малыши!  
Ай да крепыши!

4

Руки в стороны, в кулачок,  
Разжимаем и на бочок.  
Левую вверх!  
Правую вверх!  
В стороны, накрест,  
В стороны, вниз.  
Тук-тук, тук-тук-тук! (стучим кулаком об кулак)  
Сделаем большой круг. ("нарисовали" руками круг)

5

Мы топаем ногами, Топ-топ-топ!  
Мы хлопаем руками, Хлоп-хлоп-хлоп!  
Качаем головой,  
И вертим головой.  
Мы руки поднимаем,  
Мы руки опускаем,  
Мы руки подаем  
И бегаем кругом.