



ПУТЕШЕСТВИЕ В ЗИМНИЙ ЛЕС

**«Белый снег лежит кругом,
Белым стал забор и дом,
Даже крыша серая
Вся от снега белая»**

**-Темным лесом, светлым лугом
Мы шагаем друг за другом –
(обычная ходьба)**



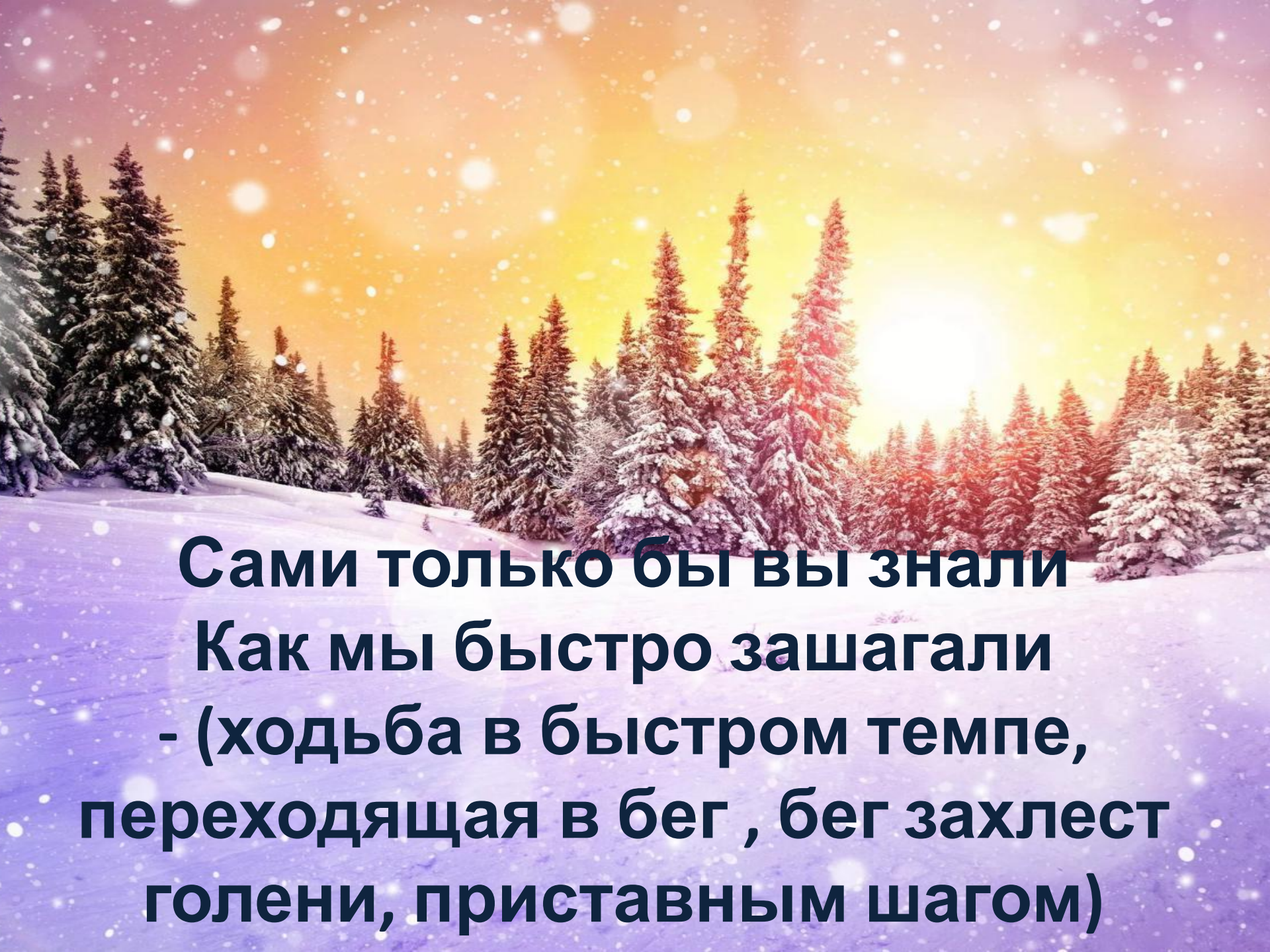
**-Чтоб в сугроб нам не попасть
Нужно ноги поднимать –
(ходьба с высоким подниманием
коленей)**



A winter landscape with snow-covered evergreen trees and a clear blue sky. The scene is bright and sunny, with long shadows cast on the snow. The trees are heavily laden with snow, and the ground is a smooth, white expanse. The sky is a deep, clear blue with a few wispy clouds.

шагали

-Меж деревьев мы
– (ходьба
змейкой)
И полянку увидали.



**Сами только бы вы знали
Как мы быстро зашагали
- (ходьба в быстром темпе,
переходящая в бег , бег захлест
голени, приставным шагом)**

**-Сколько снега на полянке.
- (ходьба обычная)**

**-А теперь погреем наши
ручки-**

**А как мы лепим снежки?
(имитация лепки снежков)**

**Игровое упражнение
«Лепим снежки»**



Общеразвивающие упражнения со снежками.

- 1.«Со снежком хотим играть, холодно его
держат, в одной ладошке, то в другой,
подержим мы снежочек свой»**
- 2. «На снежок ты погляди,
да смотри не урони»**

**3. « А теперь снежок возьмем,
ручки вместе разомнем»**

**4. «Со снежком будем играть,
на землю класть и поднимать».**

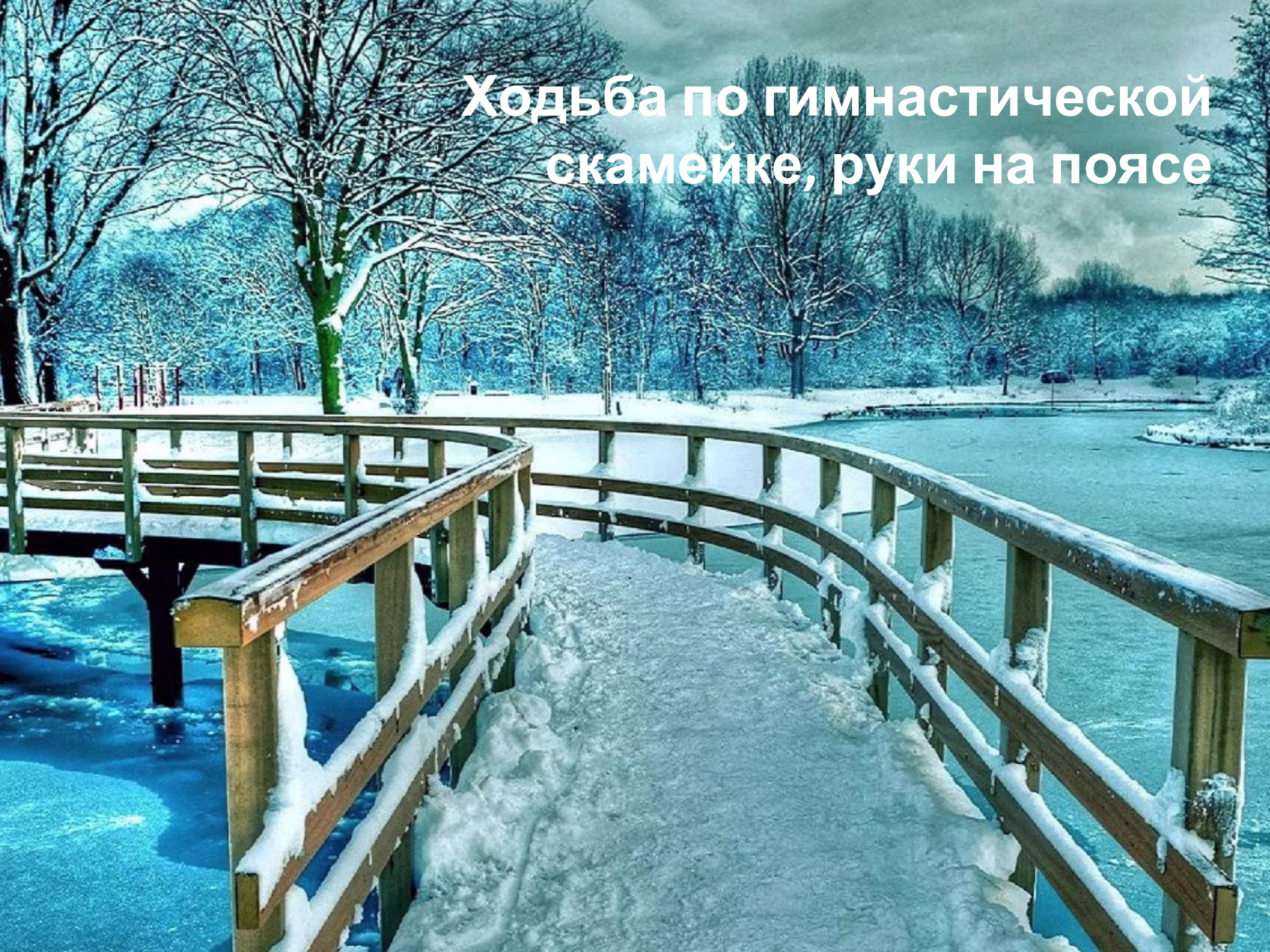
**5. «А теперь пойдем вприсядку,
ну-ка веселей ребятки!»**

**6. «Мы попрыгаем немножко
и погреем наши ножки»**

**7. «Зашагали наши ножки,
мы согрели их немножко»**

**Дыхательная
гимнастика**

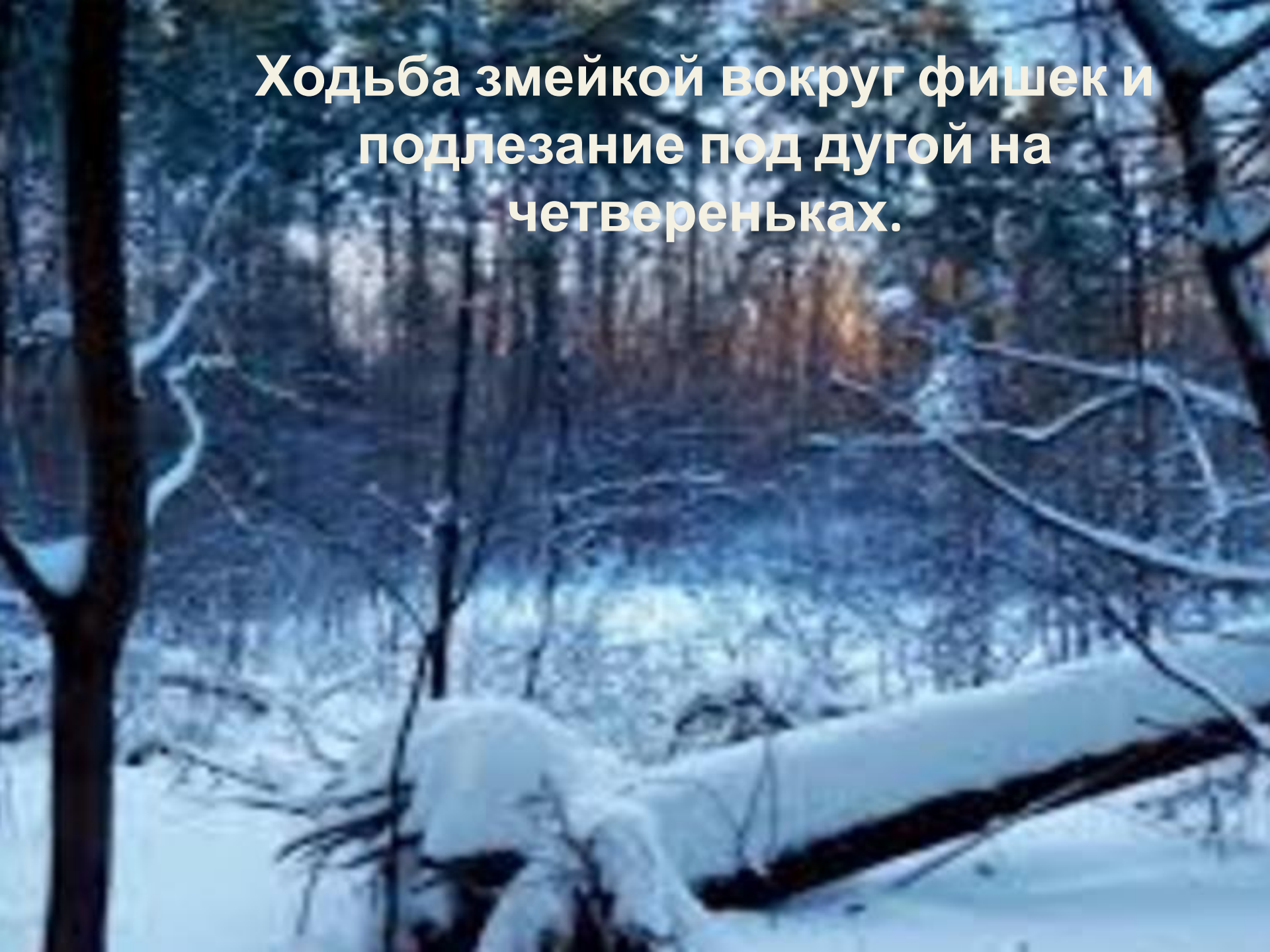
**Ходьба по гимнастической
скамейке, руки на поясе**



Прыжки из обруча в обруч



**Ходьба змейкой вокруг фишек и
подлезание под дугой на
четвереньках.**





Русские народные забавы.



Волк и овцы (русская народная игра)



Малоподвижная игра « Снеговик, сугроб, снежинка »

