



# 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)**



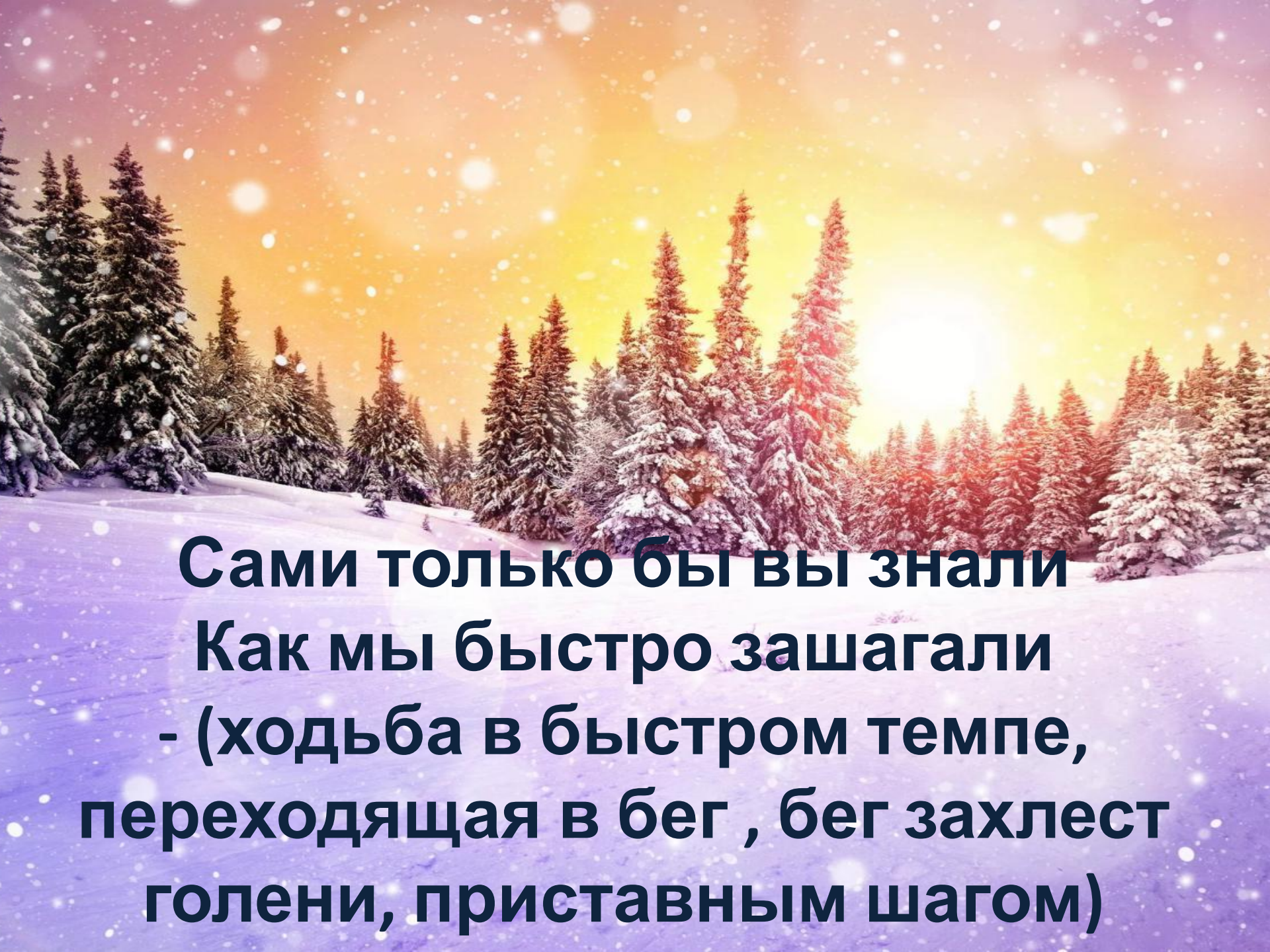


A winter landscape with snow-covered evergreen trees and a clear blue sky. The scene is bright and sunny, with long shadows cast on the snow. The trees are heavily laden with snow, and the ground is a smooth, white expanse. In the background, more trees and distant hills are visible under a bright sky with some light 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!»**



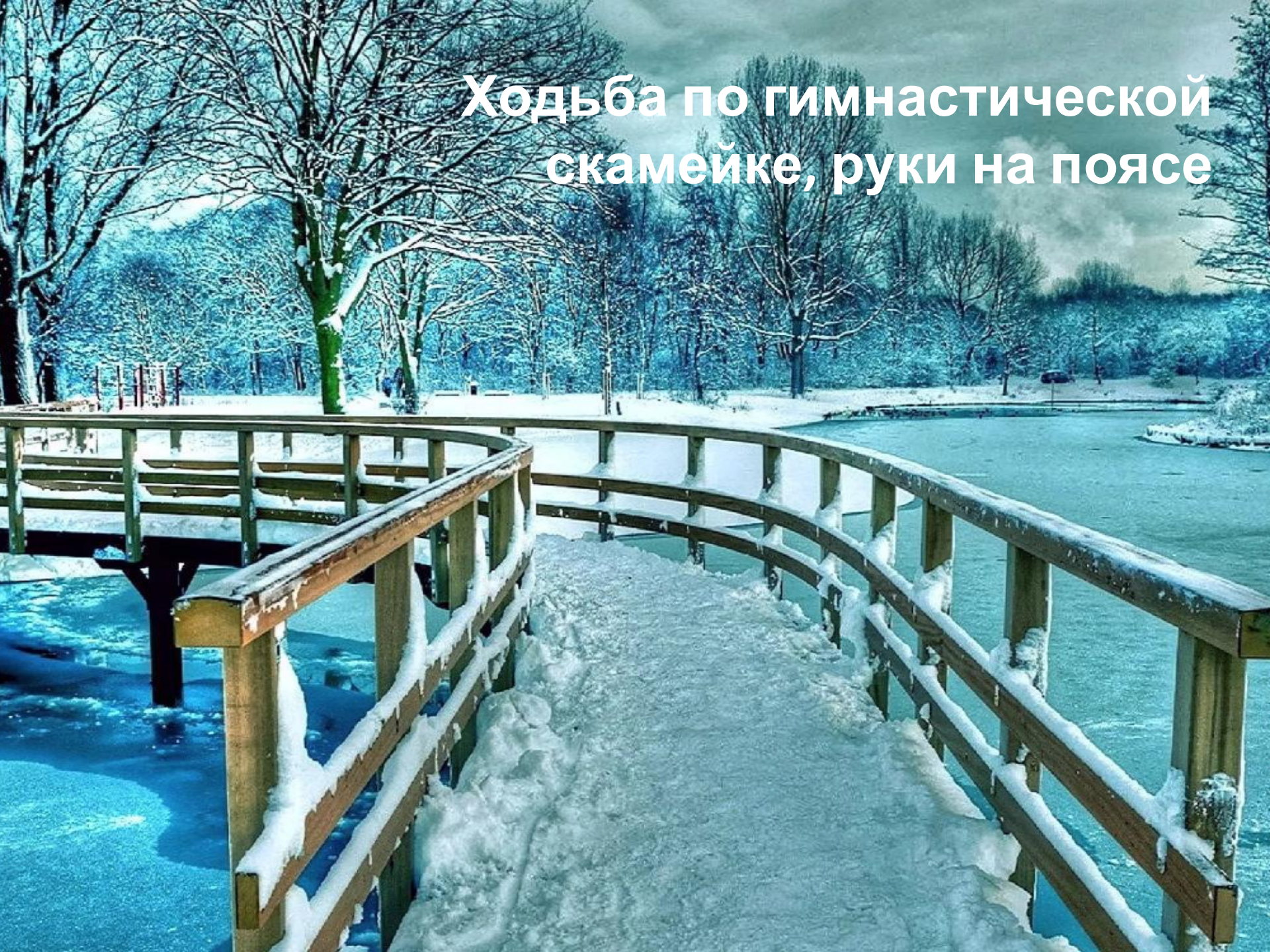
**6. «Мы попрыгаем немножко  
и погреем наши ножки»**

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

**Дыхательная  
гимнастика**



Ходьба по гимнастической  
скамейке, руки на поясе



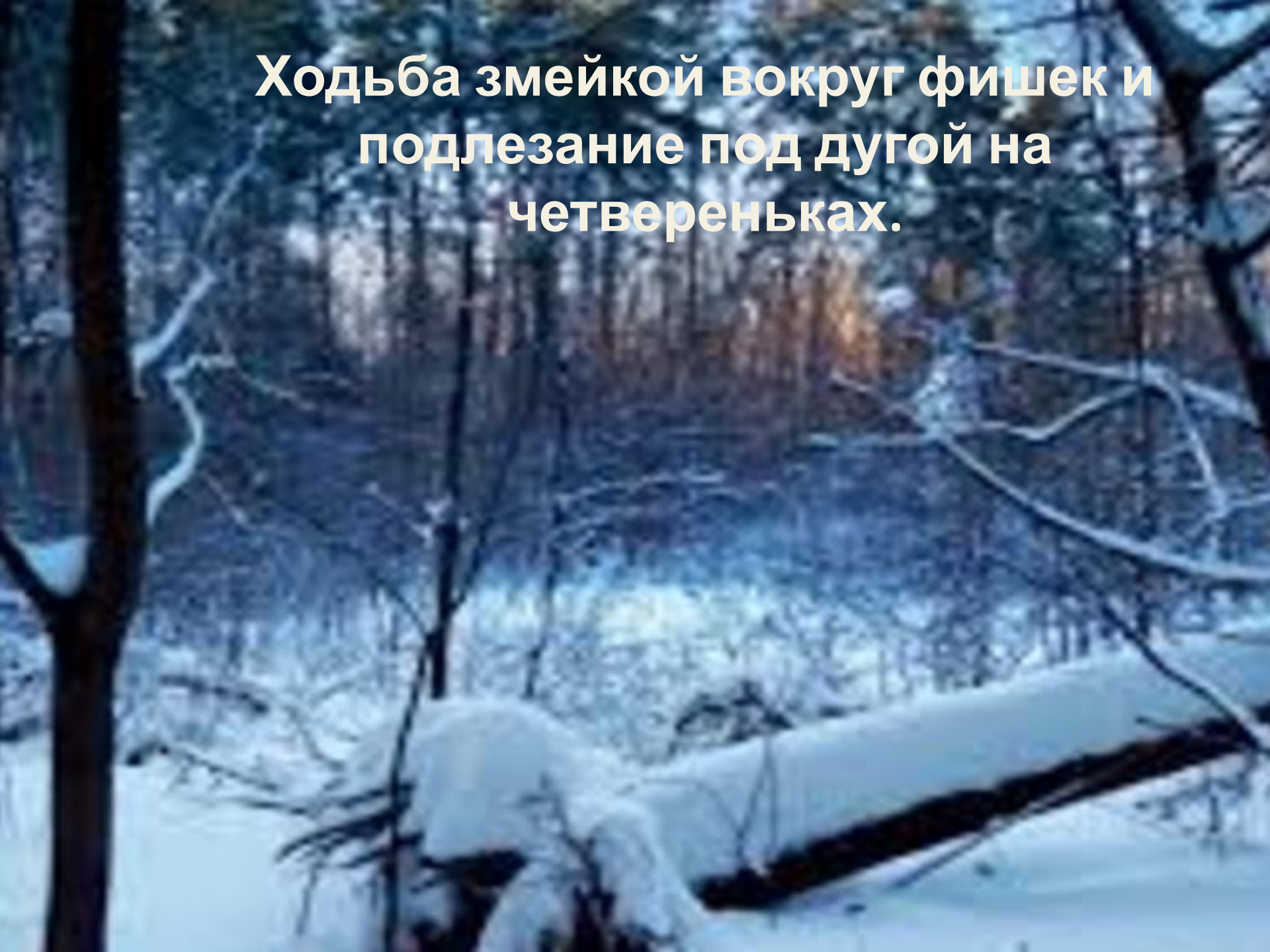


# Прыжки из обруча в обруч





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









# Русские народные забавы.





# Волк и овцы (русская народная игра)





# Малоподвижная игра « Снеговик, сугроб, снежинка »

