Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад №2 «Красная шапочка»

**Комплекс эвритмической гимнастики**

**«В гости к солнышку»**

**(средняя группа)**

Подготовила воспитатель

высшей квалификационной категории

Авакян М.А.

Г. Лермонтов, 2020

|  |  |
| --- | --- |
| ***Стихи*** | ***Движение*** |
| ***Становитесь на разминку,***  ***В гости к солнышку пойдём***  ***И друзей своих найдём.***  ***Раз-два, раз-два,***  ***И друзей своих найдём*** | ***Ритмичная ходьба по кругу друг за другом*** |
| ***Выглянуло солнышко***  ***И зовёт гулять.***  ***Как приятно с солнышком***  ***Вместе нам шагать...***  ***Раз-два, раз-два,***  ***Вместе нам шагать*** | ***Руки вверх, ходьба на носках*** |
| ***Мы в лошадок превратимся,***  ***По дороге мы помчимся.***  ***Гоп - гоп, веселей,***  ***Бей копытом, не жалей.***  ***Гоп - гоп, веселей,***  ***Бей копытом, не жалей.*** | ***Бег галопом*** |
| ***Солнце в небесах сияет,***  ***Наши деточки шагают.***  ***Дружно, весело идут***  ***И совсем не устают.***  ***Раз - два, раз - два -***  ***Веселее,  детвора!*** | ***Ритмичная ходьба по кругу друг за другом*** |
| ***Ноги выше поднимаем,***  ***На цветы не наступаем.***  ***Раз-два, раз-два,***  ***На цветы не наступаем*** | ***Ходьба с высоким подниманием колен*** |
| ***По дорожке побежим,***  ***На полянку поспешим.***  ***Побежали, побежали***  ***И нисколько не устали.*** | ***Бег*** |
| ***По тропинке мы пойдём,***  ***На полянку попадём.***  ***Раз - два, раз - два -***  ***Друг за другом,  детвора.***  ***Стой, ребята, мы пришли***  ***И поляночку нашли.*** | ***Ходьба, восстановление дыхания*** |
| ***В круг скорее все вставайте***  ***И гостей здесь поджидайте.*** | ***Остановиться сделать круг*** |
| ***Интересно, кого мы здесь встретим?*** | ***Пожимаем плечами*** |
| ***«Мишка идёт»***  ***Вот медведь нас тут встречает,***  ***Лапы мохнатые вверх поднимает.***  ***Раз - два, раз - два -***  ***Повторяйте, детвора.*** | ***Руки поднять вверх, пальцы округлить, слегка развести. Покачивание из стороны в сторону в такт стихотворению*** |
| ***«А вот на дереве совушка сидит»***  ***Совушка-сова,***  ***Большая голова, На пеньке сидит, Головой вертит, Крыльями хлоп-хлоп!***  ***Ножками топ-топ!*** | ***Машем руками «крыльями» в такт стихотворению***  ***Присели, повороты головы***  ***Встали, прямыми руками хлопаем по бокам***  ***Топаем ногами*** |
| ***«Слышите, на дубе ворон на дудочке играет»***  ***Ай, ду-ду, ду-ду, ду-ду! Сидит ворон на дубу, Он играет во трубу Во серебряную.*** | ***«Поиграть» пальчиками как на дудочке***  ***Руки на пояс дважды присесть в такт стих.***  ***Встать, «поиграть» пальчиками как на дудочке*** |
| ***«Ой, а это обезьянки»***  ***Рано утром на полянке***  ***Так резвятся обезьянки:***  ***Правой ножкой топ, топ!***  ***Левой ножкой топ, топ!***  ***Руки вверх, вверх, вверх!***  ***Кто поднимет выше всех?*** | ***Хлопаем в ладоши в такт стихотворению***  ***Топаем правой ногой, руки на поясе***  ***Топаем левой ногой, руки на поясе***  ***Встаём на носочки и тянемся вверх*** |
| ***«Прибежали весёлые зайчата»***  ***Жили-были зайчики***  ***На лесной опушке,***  ***Жили-были зайчики***  ***В беленькой избушке.***  ***Мыли свои ушки,***  ***Мыли свои лапочки,***  ***Наряжались зайчики,***  ***Надевали тапочки.*** | ***Подпрыгиваем на месте в такт стихотворению, руки опущены перед грудью, кисти опущены***  ***изображаем как моем уши***  ***потираем правой рукой левую и наоборот***  ***Руки на пояс, выставляем поочерёдно на носок то праву, то левую ногу*** |
| ***Раз - два, три - четыре -***  ***Вот какие мы большие.***  ***Показался солнца лучик,***  ***Стало нам светло***  ***Раз - два - улыбнись,***  ***Но носочках повернись*** | ***Ходьба на носках, руки вверх***  ***Поменять направление движения*** |
| ***Мы домой поспешим,***  ***По дорожке побежим.***  ***Раз, два, раз, два, три четыре пять***  ***Будем мы играть, будем мы играть***  ***Раз, два, раз, два, три четыре пять***  ***Будем мы играть, будем мы играть*** | ***Лёгкий бег*** |
| ***А теперь на завтрак дружно***  ***Зашагали малыши.***  ***Завтра будем мы опять***  ***Вместе с солнышком играть.*** | ***Ходьба*** |