

## Снег

Как на горке снег, снег,	(встаем на носочки, руки вверх)
И под горкой снег, снег.	(приседаем)
И на елке снег, снег,	(встаем, руки в стороны)
И под елкой снег, снег.	(обхватываем себя руками)
А под снегом спит медведь.	(покачались из стороны в сторону, руки согнутые в локтях, перед грудью, ладони от себя)
Тише, тише, не шуметь	(пальчик к губам, шепотом)

## Зима

Мы зимой в снежки играем, мы играем.	(имитация лепки снежков)
По сугробам мы шагаем, мы шагаем. поднимая колени)	(шагаем, высоко)
И на лыжах мы бежим, мы бежим. на на месте, широкие взмахи руками, руки согнуты в локтях)	(пружинистые движения)
На коньках по льду скользим, мы скользим.	(плавные пружинистые движения руки согнуты в локтях)
И снегурочку лепим мы, лепим мы . движения)	(соответствующие)
Гостью-зиму любим мы, любим мы. поставить на пояс)	(развести руки в поклоне и)

## Зимушка-зима

Здравствуй Зимушка-зима!	(кланяемся)
Что в подарок принесла?	(разводим руки в стороны)
Белый снег пушистый, воображаемому снегу)	(приседаем, проводим руками по)
Иней серебристый	(встаём, поднимаем руки вверх)
Лыжи, санки и коньки, конькобежцев)	(имитируем движения лыжников и)
И на ёлке огоньки! «фонарики»)	(поднимаем руки вверх, крутим)



## Вот студеною зимой

Вот студеною зимой  
Ветер дует ледяной  
И вздымает снега тучу.  
(руками)  
Он суровый и могучий.  
Зайцы прячутся в кустах.  
Даже хитрая лиса  
Притаилась и сидит,  
Ну а снег летит, летит.  
Но утихла злая вьюга,  
Солнце светит в небесах.  
Скачет по полю лиса.  
Ну а мы чуть-чуть пройдемся  
И домой к себе вернемся.

(Дети машут руками.)

(Дети выполняют круговые движения

(Дети садятся в глубокий присед на несколько секунд, потом встают)

(Дети машут руками)

(Потягивания — руки в стороны)

(Прыжки)

(Ходьба)

(Дети садятся за столы)

## Прогулка в лес

Мы на лыжах в лес идем,  
лыжными палками)  
Мы взбираемся на холм.  
Палки нам идти помогут,  
Будет нам легка дорога.  
Вдруг поднялся сильный ветер,  
Он деревья крутит, вертит  
И среди ветвей шумит.  
Снег летит, летит, летит.  
По опушке зайчик скачет,  
Словно белый мягкий мячик.  
Раз прыжок и два прыжок —  
Вот и скрылся наш дружок!  
Хоть приятно здесь кататься,  
Надо снова заниматься.

(Дети машут руками, словно работают

(Вращение туловищем вправо и влево)

(Прыжки)



# Зимний день

На дворе у нас мороз  
плечам и  
Чтобы носик не замерз,  
Надо ножками потопать  
И ладошками похлопать.  
С неба падают снежинки,  
Как на сказочной картинке.  
словно ловят снежинки)  
Будем их ловить руками  
И покажем дома маме.  
А вокруг лежат сугробы,  
Снегом замело дороги.  
Не завязнуть в поле чтобы,  
подниманием колен)  
Поднимаем выше ноги.  
Мы идем, идем, идем  
И к себе приходим в дом.

( Дети хлопают себя ладонями по  
топают ногами)

( Дети поднимают руки над головой и  
делают хватательные движения.

( Потягивания — руки в стороны)

(Ходьба на месте с высоким

( Ходьба на месте)

( Дети садятся на свои места)

# Зима

Солнце землю греет слабо,  
По ночам трещит мороз,  
Во дворе у снежной Бабы  
Побелел морковный нос.  
В речке стала вдруг вода  
Неподвижна и тверда,  
Вьюга злится,  
Снег кружится,  
Заметает все кругом  
Белоснежным серебром.

(Руки вверх и вниз.)

(Руки на пояс, наклоны в стороны.)

(Руки на пояс, поворот вокруг себя.)

(Дети показывают нос.)

(Прыжки на месте.)

(Дети кружатся.)

(Плавные движения руками.)



## В зимнем лесу

Весь засыпан снегом лес (повернулись вправо, правую руку  
отвели назад, повернулись влево, левую руку отвели назад)  
Здесь по снегу скачет заяц (прыгаем)  
Там синичек села стайка (машем руками, как крыльями)  
Здесь лисичка за кустом (приседаем, смотрим направо)  
Там в дупле бельчонка дом (встаём, поднимаем руки вверх)

## Зимняя физкультминутка

Ты смотри, зима настала!  
Снега выпало немало.  
Ну, скорей беги за мной,  
Поиграй в снежки и ... стой!



## Зимнее окошко

Посмотри в окошко: (Имитация)  
Белая дорожка, (Волнистые движения кистями рук)  
Занесло качели, (Вращение руками)  
Спят под снегом ели. (Приседание с закрытыми глазами)  
В небе желтая луна. (Подтягивание на носочках)  
Лишь одна не спит она. (Круговые движения головой)

# Снежная баба

Мы бабу снежную лепили.  
воздухе последовательно три круга)

(Изображают в

Чтоб краше не было ее.  
по лицу)

(Проводят пальцами

Лопатами весь снег собрали.  
лопатой)

(Имитируют движения

Не по забыть ничего.

Сначала ком большой скатали  
воздухе максимально большой круг)

(Изображают руками в

И плотно этот ком прижали.  
собой руками круг. опускают его)

(Изображают перед

Второй поменьше был размером.  
меньше)

(Изображают круг

На первый он уселся смело.

(Приседают.)

А третьим – голова была  
голову)

(Показывают на

И участи своей ждала.  
ладонями)

(Подпирают голову

Лицо украсили морковкой.  
пальцами изображают морковку)

(На уровне носа

И угольками вместо глаз.

(Показывают на глаза)

Прорисовали ротик ловко.

(Трогают рот)

Смотрели в профиль и анфас.  
в сторону. прямо)

( Поворачивают голову

На голову ведро надели.  
двумя руками сверху вниз по голове)

(Делают движения

Украсили его пером.  
руку вверх расставляют пальцы)

(Поднимают одну

Метлу воткнули для порядка  
«подметание»)

(Делают движение

Трудитесь дружно всем двором!  
в замок)

(Скрещивают пальцы рук



## К нам зима пришла опять

К нам зима пришла опять	(Ходьба на месте)
Любим забавы холодной поры, (стороны)	(Обнять себя за плечи, наклоны в стороны)
Весело мчимся с высокой горы,	(Махи руками)
Ходим на лыжах, на санках летим (движением рук)	(Имитация ходьбы на лыжах с движением рук)
И в белоснежных коньках мы скользим.	(Поворот вокруг себя)
Лепим все дружно снеговика, (скатывания снежного кома)	(Наклоны вперед имитация скатывания снежного кома)
Не уходила б зима никогда!	(Подскоки на месте)

## Снеговик пропал

Снеговик в лесу пропал (пальцы раскрыты, руки скрещены)	(Поднимают обе руки вверх)
Он куда-то убежал, (пальцами правой руки изображают бег)	(Указательным и средним пальцами правой руки изображают бег)
Может, испугался волка? (изображая страх)	(Обнимают себя руками)
Может, зайка сбил с дороги?	(Показывают руками ушки)
И в сугробах тонут ноги? (ноги)	(Поочередно высоко поднимают ноги)

## Елочка

Ждут красавицу колючую	(«Рисуют» руками елочку)
В каждом доме в декабре	(Делают ладошками «дом»)
На ветвях зажгут фонарики,	(Показывают «фонарики»)
Искры брызнут в серебре	(Руки над головой, пальцы оттопырены)
Сразу станет в доме празднично, (Закружится хоровод)	(Берутся за руки и становятся в хоровод)



## Ну, а снег летит, летит

Ели за окном стоят,  
В небо синее глядят. (Потягивания — руки вверх.)  
Ветки в стороны торчат, (Потягивания — руки вперёд.)  
Белки на ветвях сидят. (Дети садятся в глубокий присед на несколько секунд, потом встают.)  
Белки прыгают по ёлкам,  
Собирают белки шишки.  
Не пугают их иголки —  
Белки — ловкие малышки. (Прыжки.)  
Мы под ёлками сидим  
И на белочек глядим. (Присели.)  
Ветер дует ледяной (Дети машут руками.)  
И вздымает снега тучу.  
Он суровый и могучий. (Дети крутят руками.)  
Зайцы спрячутся в кустах.  
Даже хитрая лиса  
Притаилась и сидит, (Дети садятся в глубокий присед на несколько секунд, потом встают.)  
Ну, а снег летит, летит. (Дети машут руками.)  
Но утихла злая вьюга,  
Белой стала вся округа. (Потягивания — руки в стороны.)  
Солнце светит в небесах. (Потягивания — руки вверх.)  
Скачет по полю лиса. (Прыжки.)  
Ну а мы чуть-чуть пройдемся (Ходьба.)  
И домой к себе вернемся. (Дети садятся.)

