

Музыкально-ритмические движения «Отправляется отряд» (М.Картушиной)

Отправляется отряд
Наших храбрых дошколят.
На носочках мы шагаем,
На цветы не наступаем.
Чтобы не промокли ножки,
Мы поскачем по дорожке.
Мы на пяточках пойдем
И лопаточки сведем.
Мы галопом побежали
И нисколько не устали.
Мы присядем, а потом
Под кустами ход найдем.
Вот как славно мы гуляем,
Руки дружно поднимаем,
Руки в стороны, к плечам.
Пора остановиться нам.

Шаг марша.

*Ходьба на носках «змейкой» между цветами,
лежащими на полу.*

Поскоки.

*Ходьба на пятках, руки сцеплены сзади
в «замок».*

Боковой галоп.

Ходьба в приседе.

*Спокойная ходьба с подъемом рук вверх,
в стороны, к плечам.*

Остановка.

(музыкальное сопровождение на усмотрение педагога)