



Хороводные игры

22 группа «Пчелки»

Воспитатель: Батомункуева Е.А.

2020 г.

«Большие и маленькие ножки»

Возьмитесь за руки и идите по кругу, то медленно, громко топая ногами, то ускоряя ход и часто перебирая ногами.

Большие ноги

Шли по дороге

Топ-топ, топ-топ

Маленькие ножки

Бежали по дорожке

Топ топ топ топ топ,

Топ топ топ топ топ

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Дикие животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Мы по лесу идем»

Возьмитесь за руки и ходите по кругу:

Мы по лесу идем,

Зверей найдем.

Зайца громко позовем:

«Ау-ау-ау!»

Никто не откликается,

**Лишь эхо отзывается,
Тихо: «Ау-ау-ау!»**

Вместо зайца, можно подставлять другие слова: «Волка громко позовем», «Мы медведя позовем», «Мы лису позовем».

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Части тела)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«По ровненькой дорожке»

Вместе с ребенком поведите хоровод со словами:

***По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки,
Шагают наши ножки.
По пням, по кочкам,
по камушкам,
По камушкам, в яму – бух!***

На последней строчке присядьте.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Овощи, животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Зайка шел»

Возьмитесь за руки, образуя круг. Идите по кругу, приговаривая слова:

*Зайка шел, шел, шел,
Морковку нашел,
Сел, поел и дальше пошел.
Зайка шел, шел, шел,
Капустку нашел,
Сел, поел и дальше пошел.
Зайка шел, шел, шел,
Картошку нашел,
Сел, поел и дальше пошел.*

На словах «сел» - останавливайтесь и присаживайтесь на корточки.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Раздувайся, пузырь!»

Вместе с воспитателем дети становятся тесным кружком и начинают «раздувать пузырь»: наклонив головы вниз, малыши дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При этом они выпрямляются и набирают воздух, а затем снова наклоняются, выдувают воздух в свою трубку и произносят звук «ф-ф-ф-ф». Эти действия повторяются 2-3 раза. При каждом раздувании все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки и постепенно расширяют круг, двигаясь и произнося следующие слова:

Раздувайся, пузырь, Раздувайся большой,

Оставайся такой, И не лопайся!!!

Получается большой растянутый круг.

Он летел, летел, летел.

И за веточку задел! (дети бегут по кругу)

«Лопнул пузырь!» все хлопают в ладоши, произносят слово ***«Хлоп!»*** и сбегаются в кучку.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Насекомые, Домашние животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Водят пчелы хоровод»

Выполнять соответствующие движения.

*Водят пчелы хоровод -
Брум, брум.
В барабан ударил кот -
Трум, трум.
Стали мыши танцевать -
Тир-ля-ля,
Так, что начала дрожать вся земле.*

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Игрушки)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Матрешки»

*Ходим, ходим хороводом
Перед всем честным народом.*

Сели, присаживаемся
Встали, встаем
Себя показали.

Попрыгали, прыгаем
Потопали топаем
В ладошки мы похлопа хлопаем.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Животные, Зима)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Медведь».

*Как под горкой снег, снег,
И на горке снег, снег,
И под елкой снег, снег,
И на елке снег, снег,
А под снегом спит медведь.
Тише, тише,
Не шуметь!*

И.Токмакова

Дети стоят по кругу. Выбирается медведь. Он садится на стульчик в середине круга и «засыпает». На 1-ю и 3-ю строки дети идут к середине круга (4 шага), на 2-ю 4-ю строки идут назад, от центра (4 шага), на 5-ю строку осторожно приближаются к спящему

медведю. Две последние строки произносит кто-либо из детей, назначенных педагогом. Медведь должен по голосу узнать этого ребенка. Игра повторяется с новым ребенком.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Ровным кругом»

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говоря:

Ровным кругом

Друг за другом

Мы идем за шагом шаг,

Стой на месте!

Дружно вместе

Сделаем вот так!

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например повернуться, наклониться, присесть

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Животные, Части тела и лица)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать

над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение

«Зайка»

«У зайчика зимой теплая беленькая шубка. У него ушки стоят на макушке, значит, заяка прислушивается, а шевелит он ими, чтобы еще лучше слышать. Когда зайчику холодно и он хочет согреть свои лапки, он делает вот так (хлопает в ладоши). А если заяка совсем замерзнет, он начинает прыгать – вот так».

Выбирают зайку, остальные образуют круг. Заяка выходит на середину и, изобразив руками ушки, приседает на корточки.

Зайка беленький сидит

И ушами шевелит,

Вот так, вот так,

И ушами шевелит!

дети присаживаются на корточки и руками изображают, как заяка шевелит ушками.

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп,

Надо лапочки погреть!

поглаживают то одну, то другую руку, слегка прихлопывают в ладошки. Затем встают.

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать!

***Скок-скок-скок-скок,
Надо зайке поскакать!***

подпрыгивают на двух ногах к зайке. Стараются согреть его, ласково гладят. Затем возвращаются на место, а заяка выбирает себе замену.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Части тела)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Мы топаем ногами».

Воспитатель вместе с детьми становится по кругу на расстояние выпрямленных в стороны рук. В соответствии с произносимым текстом дети выполняют упражнения:

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем,

Мы руки подаем.

С этими словами дети дают друг другу руки, образуя круг, и продолжают:

И бегаем кругом,

И бегаем кругом.

Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой!». Дети, замедляя движение, останавливаются. Игра повторяется.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Домашние животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Кошки – мышки»

Становитесь в хоровод!

Оля – мышка,

Саша – кот!

Будем дружно играть,

Коту мышку не поймать!

Е.Серова

Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Мышка входит в круг, а кот выходит из круга. По сигналу воспитателя малыши поднимают сцепленные руки вверх, образуя «воротца», через которые они стараются пропустить только мышку. Если коту не удалось поймать мышку, дети опускают руки вниз («воротца» закрываются) и вместе с воспитателем произносят слова:

Ты не бойся, мышка, кот

Не пройдет в наш хоровод!

Игра повторяется с другим котом и мышкой.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Лето)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Карусели».

Образуется круг. «Сейчас мы будем кататься на карусели, - говорит воспитатель. – Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась».

Держась за руки, дети вместе с воспитателем движутся по кругу и произносят следующие слова:

Еле-еле-еле-еле

Завертелись карусели

карусель медленно движется в правую сторону.

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом!

Темп речи и движений постепенно ускоряется.

Побежали, побежали,

Побежали, побежали!

Карусель меняет направление движения.

Тише, тише, не спешите,

Карусель ос-та-но-ви-те.

Раз-два, раз-два (пауза),

Вот и кончена игра.

Темп движений постепенно замедляется, и на слова «раз-два» все останавливаются и кланяются друг другу.

В конце дети хлопают друг с другом в ладоши и разбегаются.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Деревья и кусты, Рыбы)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«На реке камыши»

Возьмитесь за руки и идите по кругу:

На реке –

Камыши.

Расплескались там ерши.

Круг – постарше,

остановитесь и повернитесь лицом в центр круга

Круг – помладше,

сделайте шаг к центру

Круг – совсем

Малыши!

сомкните круг.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Деревья и кусты, Лето)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Тишина»

Играющие идут по кругу и говорят:

Тишина у пруда,

Не колышется вода,

Не шумят камыши.

Засыпайте, малыши!

По окончании слов дети останавливаются, приседают и опускают голову. В таком положении они находятся до 10 с. Те, кто пошевелится, не удержит равновесия, считаются проигравшими.

Игра повторяется 2 – 3 раза.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Домашние животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Конь – огонь»

Дети передвигаются по кругу поскаком – как лошадки. По мере передвижения воспитатель ритмично читает четверостишие:

Гоп – гоп – гоп!

Ты скачи, скачи в галоп!

Все в галоп, все в галоп!

Гоп – гоп – гоп!

После паузы задание повторяется.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Весна, Лето)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Солнышко и дождик»

Дети идут по кругу и проговаривают:

Смотрит солнышко в окошко,

Идут по кругу.

Светит в нашу комнатку.

Мы захлопаем в ладоши,

Хлопают в ладоши.

Очень рады солнышку.

Топ-топ-топ-топ!

Ритмично притоптывают на
месте

Топ-топ-топ-топ!

Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!

Ритмично хлопают в ладоши

Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!

На сигнал *дождь идет, скорей домой*

дети бегут к воспитателю под зонтик.

Воспитатель говорит:

Дождь прошел. Солнышко светит.

Игра повторяется.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(В гостях у сказки, Комнатные растения, Праздник мам)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Аленький цветочек».

Аленький цветочек,

словно огонечек

дети идут хороводным шагом

Раз, Два, три –

повернись, Алена ты

названный ребенок поворачивается спиной в круг

Игра продолжается до тех пор, пока не повернется последний ребенок.

Дальше дети идут спиной в круг и говорят так:

Аленький цветочек, словно огонечек

Раз, два, три, четыре. пять - повернулись все опять!

все дети поворачиваются лицом в круг

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Игрушки, Праздник мам, Новый год)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Подарки»

Взявшись за руки, дети образуют круг, один ребенок в центре. Играющие идут по кругу и говорят:

Принесли мы всем подарки.

Кто захочет, тот возьмет –

Вот вам кукла с лентой яркой,

Конь, волчок и самолет

С окончание слов останавливаются, стоящий в кругу

называет, какой из перечисленных подарков он хочет получить. Если назовет коня, дети скачут, если куклу – пляшут, если волчок – кружатся. Стоящий в кругу выбирает нового ведущего. Игра повторяется.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Моя семья, Продукты питания, Мамин праздник)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Каравай»

Сделать круг. На середину круга выходит Петя.

После этого все идут справа налево и поют песенку:

- Как Пете на рождение

Испекли мы каравай!

- Вот такой вышины!

Все должны поднять руки: показать какой высокий каравай.

- Вот такой низины!

Все должны присесть на корточки. После этих слов надо быстро встать, раздвинуть круг шире, но рук не разнимать.

- Вот такой ширины!

И сейчас же надо быстро сузить круг, со всех сторон обступить
Петю и петь:

- Вот такой ужины!

Как споют, пусть снова раздвинут круг и запоют:

- Каравай, каравай,

Кого любишь, выбирай!

Петя станет думать: кого ему выбрать? Пока он раздумывает, хоровод ходит, не останавливаясь, и повторяет свою песенку:

- Каравай, каравай,

Кого хочешь, выбирай!

Кого Петя выберет, тот выходит на середину круга, и можно игру начать сначала.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Дикие птицы)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Жаворонок»

В небе жаворонок пел,

Колокольчиком звенел.

Порезвился в вышине,

***Спрятал песенку в траве:
Тот, кто песенку найдет,
Будет весел целый год!***

А.Береснев

По считалке выбирается «жаворонок». Он выходит в середину круга, который образуют дети. В руках у него колокольчик. С началом стихотворения жаворонок бежит по кругу. С концом стихотворения дети закрывают глаза. Жаворонок бежит за кругом, позванивая колокольчиком, затем дает его в руки кого-либо из детей.

По сигналу ведущего дети открывают глаза. Жаворонок называет имя того, кто будет искать колокольчик. Названный ребенок по звону узнает, у кого спрятан колокольчик. Когда дети освоят игру, ее можно усложнить. Жаворонок прячет 2 или 3 колокольчика.

Искать их предлагается одному ребенку. Игра повторяется с другими участниками.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Игрушки)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Флажок»

Дети стоят по кругу, один ребенок в середине с флажком.
Воспитатель ведет детей по кругу и говорит:

*Дети стали в кружок,
Выйди, Оля, в кружок,
Увидали флажок.
Возьми, Оля, флажок!
Кому дать, кому дать?
Выйди, выйди, возьми,
Кому флаг поднимать?
Выше флаг подними!*

Ребенок выходит в середину и берет флажок у того, кто стоит в центре, а тот уходит в общий круг. Игра повторяется, ребенок в центре тоже ходит подняв флажок. Ходить надо красиво и ритмично.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Одежда и обувь)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Колпачок и палочка»

Один из детей выходит в центр круга с палкой в руках, надевает на голову колпачок так, чтобы он спускался до самого носа, прикрывая глаза. Остальные дети держаться за

руки, образуя круг. Идут по кругу, говоря:

Раз, два, три, четыре, пять –

Будет палочка стучать, Ведущий стучит палочкой.
Показывает палочкой на одного из детей, стоящего в кругу. – Тот
говорит три последних слова

Скок, скок, скок.

Угадай, чей голосок

Говорят все дети, после этого ведущий отгадывает.

Если угадал, выбирает, кто пойдет в середину.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Комнатные растения)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Как на нашем на лугу»

Как на нашем на лугу

Пляшет Олечка в кругу,

А мы песенку поем

и в ладоши громко бьем.

Оля, Оля веселей!

Своих ножек не жалея

*Поклониться не забудь,
выбирай кого-нибудь.
Как на нашем на лугу
Заплясали все в кругу.
мы все пляшем и поем
и в ладоши громко бьем.*

Дети стоят в кругу. В середине круга находится ребенок, про которого поется в песне. Ребенок пляшет так, как умеет. После слов «поклониться не забудь» он кланяется кому-нибудь, и тот выходит в круг. 1 куплет и припев повторяются несколько раз, имена детей меняются. В заключении поется 2 куплет. Пляшут все дети.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Мой дом, Домашние животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Бабушкин двор»

*Лады, лады, ладушки, приехали мы к бабушке.
К нашей милой бабушке,
Бабушке - Забавушке, ехали \3 раза\ ребятушки,
милые \3 раза\ внучатушки.*

(Дети идут по кругу).

У меня есть петушок, ярко-красный гребешок.

Красная борода, важная походка.

Красная \3 раза\ борода, важная \3 раза\ походка.

(Дети идут, высоко поднимая ноги. Корпус держат прямо, голова поднята. Руки отведены назад. Во время движения дети активно "машут крыльями", поднимая и опуская руки).

Есть козленок озорной, вот затряс он бородой.

Деток он пугает, рожками бодает.

***Деток он \3 раза\ пугает,
рожками \3 раза\ бодает.***

(Дети прыгают на месте, держа у затылка кулачки с поднятыми указательными пальцами, изображая рожки).

Есть и кошка Мурка, славная кошурка.

(Дети идут мягким "пружинным" шагом).

Ходит вслед за бабкой, моет морду лапкой.

***Ходит \5 раз\ вслед за бабкой,
моет \5 раз\ морду лапкой.***

(Дети показывают жестах, как умывается кошка).

***Цок, цок, цок, цок, цок цок
есть лошадка — серый бок.***

Вихрем скачет по двору, приглашает всех в игру!

***Вихрем скачет \3 раза\ по двору,
приглашает \3 раза\ всех в игру!***

(Дети сгибают в локтях руки с "узечкой", то, прижимая их к груди, то, вытягивая перед собой).

Лады, лады, ладушки, вот сколько всех у бабушки

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Птицы зимой, Продукты питания)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально — положительно реагировать на просьбы и

требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Горошина»

Дети стоят по кругу, «петушок» в кругу.

По дороге Петя шел

(петушок проходит около детей, высоко поднимая колени, размахивая руками)

Он горошину нашел,

(Останавливается около ребенка – тот и становится горошиной)

А горошина упала

Покатилась и пропала

(петушок кружится, горошина прячется за любого ребенка, присаживается на корточки)

Ох, ох, ох, ох!

Где - то вырастет горох?

(все дети медленно присаживаются, горошина встает, поднимая руки вверх – выросла)

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(В гостях у сказки, Домашние животные)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Где был, Иванушка?»

Иванушка стоит в центре круга. Дети спрашивают, Иванушка отвечает.

- *Где был, Иванушка?*

- *На ярмарке.*

- *Что купил, Иванушка?*

- *Курочку.*

Курочка по сеничкам (Дети показывают, как курочка клюет)

Зернышки клюет,

Иванушка в горенке

Песенки поет.

- *Где был, Иванушка?*

- *На ярмарке.*

- *Что купил, Иванушка?*

- *Уточку.*

Уточка по лужице (Дети показывают, как уточка плывет)

Взад — вперед плывет.

Иванушка в горенке

Песенки поет.

- *Где был, Иванушка?*

- *На ярмарке.*

- *Что купил, Иванушка?*

- *Ослика.*

Ослик на лужайке (Дети показывают, как ослик щиплет травку)

Травушку жует,

Иванушка в горенке

Песенки поет.

(Выходит и заводит хоровод.)

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Мой дом)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Вокруг домика хожу»

Дети стоят в кругу, ведущий ходит по кругу и произносит слова:

*- Вокруг дерева хожу и в окошечко гляжу,
К одному я подойду и тихонько постучу.*

Подходит сзади ребёнок, тихонько стучит по спине. Между ними происходит диалог:

*- Кто там?
- Это я... (имя)
_ Что угодно?
-Давай побегаем!*

Дети встают спиной друг к другу и по сигналу бегут в разные стороны по кругу. Кто первый прибежит, занимает место. Второй становится ведущим.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Осень)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Круг»

Маша садится посреди луга. Вокруг него водят хоровод, припевая:

«Сиди, сиди, Маша, в ракитовом кусту

Грызи, грызи, Маша, спелые орехи.

Лови, лови, маша, кого тебе надо!»

Маша бросается за кем-либо. Пойманный становится в круг и игра продолжается.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Осень, Труд человека)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и

требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Овёс»

Все становятся в круг и поют:

«Кто хочет знать, как сеют овёс

Мой батюшка сеял так...

Показывают движения рук вот так...

Потом отдыхал вот так...

Становятся сложив руки – накрест. Потом кружатся в хороводе, припевая:

- Овёс, овёс, давай бог, чтобы ты рос!

- Кто хочет знать, как жнут овёс?

- Отец мой жинал его так (показывает)

После припева изображают, как вяжут овёс, как его молотят (при молотье, каждый колотит его соседа).

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Фрукты)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Грушка»

Играющие образуют круг, в середине которого становится ребенок – это будет грушка. Все ходят вокруг грушки по кругу:

Мы посадим грушку – вот, вот!
Пускай наша грушка растет, растет!
Вырастай ты, грушка, вот такой вышины;
Вырастай ты, грушка, вот такой ширины;
Вырастай ты, грушка, вырастай в добрый час!
Потанцуй, Марийка, покрутись ты для нас!
А мы эту грушку все щипать будем.
От нашей Марийки убежать будем!

Грушка в середине круга должна изображать все то, о чем поется в песне (танцевать, крутиться). На слова «Вот такой вышины» дети поднимают руки вверх, а на слова «Вот такой ширины» разводят их в стороны.

Когда поют: «А мы эту грушку все щипать будем», все приближаются к грушке, чтобы дотронуться до нее, и быстро убегают, а грушка ловит детей. Все игровые действия должны быть согласованы со словами.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Птицы)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Огородник и воробей»

Выбираются Огородник и Воробей. Остальные участники игры, взявшись за руки, образуют круг. На середину круга кладут орехи (яблоки, сливы и т. д.) — это «огород». В стороне, шагах в десяти, чертят кружок — «гнездо». Хоровод медленно движется по кругу, все поют:

*Воробей маленький,
Серенький, удаленький,
По двору шныряет,
Крошки собирает;
В огороде ночует,
Ягоды ворует.*

Воробей бежит в круг (ребята, подымая и опуская руки, впускают и выпускают его), берёт один орех и старается унести его в «гнездо». Огородник сторожит за кругом и, как только Воробей выбегает из круга, начинает его ловить. Если Воробью удастся положить орех в «гнездо», он снова играет. Пойманный же Воробей меняется ролью с одним из участников. Но перед этим он должен откупиться от Огородника и выполнить желания хоровода, например спеть, сплясать и т. д. При этом ему поют

*Уж век воробышку не лётывать,
В огороде ягод не клёвывать,
На дубовой тычинке не сиживать.
А ты, воробышек, садись на лужочек,
А ты, серенький, садись во кружочек.
Не пора ли тебе встать и полетать,
В хороводе нашем поплясать!*

В конце игры подсчитывают, какой воробей принёс больше всех орехов в «гнездо». Его объявляют победителем и в награду отдают все орехи.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(В гостях у сказки)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Дедушка Водяной»
Дедушка Водяной
Что сидишь ты под водой
Выгляни на минуточку
На одну минуточку.

(В центре круга сидит на корточках ребенок. Он - Водяной. Дети идут вокруг него хороводным шагом, тихо произносят слова, по окончании слов останавливаются. Ребенок встает, закрывает глаза, воспитатель подводит его к другому ребенку и он на ощупь определяет, к кому подошел, называет его имя. Если угадал, то садится угаданный ребенок. Игра начинается снова)

Вариант для девочки:

Бабушка Водяная
Что сидишь ты и моргаешь
Выгляни на минуточку
На одну минуточку.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(В гостях у сказки)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и

требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Веселись детвора»

Поиграть пришла пора!

Как мяукает кисонька? – Поочерёдное выдвигание рук вперёд.

Мяу, мяу, мяу.

А как лает Жученька? – Хватательные движения

Гав, гав, гав.

Как мычит коровушка? – "Рога" Руки к голове, наклоны вперёд.

Му, му, му.

А как свинка хрюкает? – к носу указательным пальцем

Хрю, хрю, хрю.

Веселись детвора

Продолжается игра – Водим хоровод

Как лягушки квакают? – Ладони вперед, пальцы развести

Ква, ква, ква.

Как утята крикают? – Руки согнутые в локтях "клювики"

Кря, кря, кря.

Воробьи чирикают? – Руки в стороны, махи руками

Чик-чирик.

По дорожкам прыгают – Прыжки на месте

Прыг, прыг, прыг.

Веселись детвора

Завершается игра – Остановиться.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Профессии)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Иголлка, нитка и узелок»

Ход игры: Игроки становятся в круг и берутся за руки. Считалкой выбирают «Иголку», «Нитку» и «Узелок».

Герои друг за другом то забегают в круг, то выбегают из него. Если же «Нитка» или «Узелок» оторвались (отстали или неправильно выбежали, вбежали в круг), то эта группа считается проигравшей. Выбираются другие герои.

Выигрывает та тройка, в которой дети двигались быстро, ловко, не отставая друг от друга.

Правила игры. «Иголку», «Нитку», «Узелок» надо впускать и выпускать из круга, не задерживая, и сразу же закрывать круг.

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Одежда и обувь)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Колпачок»

В центре круга сидит на корточках ребенок. Дети идут хороводным шагом, произнося слова:

*Колпачок, колпачок,
Маленькие ножки,
Красные сапожки.
Мы тебя поили (грозят пальцем)
Мы тебя кормили (грозят другой рукой)
На ноги поставили (поднимают руки вверх, ребенок в центре
встает)
Танцевать заставили.
Танцуй, сколько хочешь,(ребенок выполняет танцевальные
движения)
Выбирай, кого захочешь,
Поклониться не забудь
Выбирай кого-нибудь.(ребенок подходит к выбранному ребенку,
кланяется ему и выводит в центр круга.)
Игра повторяется с другим ребенком.*

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Лето)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности
- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Хоровод»

Игру лучше проводить на траве. Дети стоят в кругу и держатся за руки.

*Вокруг розовых кустов,
Среди травок и цветов,
Кружим, кружим хоровод.*

(Дети идут по кругу)
До того мы закружились,
что на землю повалились.

Бах!

(Приседают или опускаются на землю)

Вокруг розовых кустов,
Среди травок и кустов,
Водим, водим хоровод.

(Дети идут в другую сторону)
Как заканчиваем круг.
Дружно прыгаем все мы вдруг.

Прыг!

(Останавливаются и подпрыгивают на месте)

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Мы теперь пойдем...»

Встаем в круг, держась за руки. Ведущий предлагает повторить за ним движения:

Мы сперва пойдем направо
А затем пойдем налево
А потом в кружок сойдемся
И присядем нанемножко
А теперь назад вернемся
И на месте покружимся

***И похлопаем в ладоши.
А теперь в кружок все вместе....***

(Повтор игры несколько раз, но в ускоряющемся темпе)

ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

(Одежда и обувь)

Цели и задачи - развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.

- содействовать развитию игровой деятельности, выполнять действия в определённой последовательности.

- формировать умение соблюдать отдельные элементарные нормы и правила поведения с взрослыми и со сверстниками; формировать умение эмоционально – положительно реагировать на просьбы и требования взрослого, на необходимость регулировать своё поведение; формировать умение поддерживать речевое общение.

«Каблучок»

(1) За руки дружки берём, вместе хоровод ведём

(2) А весёлый каблучок, цок по полу, цок-цок-цок

(3) За руки дружки берём, вместе хоровод ведём

(4) Прыгай-прыгай веселей, прыгай - ножки не жалеи

(5) А весёлый каблучок, цок по полу, цок-цок-цок

(6) Прыгай-прыгай веселей, прыгай - ножки не жалеи

(7) Гляньте - пальчики у нас, тоже все пустились в пляс

(8) А весёлый каблучок, цок по полу, цок-цок-цок

(9) Гляньте - пальчики у нас, тоже все пустились в пляс

(10) И опять идёт-идёт наш весёлый хоровод...

Встаём в хоровод.

1 - идём по кругу хороводным шагом.

2, 5, 8 - поворачиваемся лицом в круг и, не отпуская рук, выставляем ножки на каблук.

3, 10 – ведём хоровод

4, 6- подпрыгиваем на месте.

7, 9 - выполняем движение «фонарики» или сжимаем-разжимаем кулачки