Тема недели:

«Новогодние каникулы»

Физминутка «Зимой»

Как интересно нам зимой! (*показывают большим пальцем вверх*)

На

санках едем мы гурьбой, (*имитируют катание на санках*)
Потом в снежки мы поиграем, (*имитируют лепку и бросание снежков)*
Все дружно лыжи одеваем, *(«одевают» лыжи, «берут» палки, «едут»)*
Потом все встали на коньки, (*изображают катание на коньках*)
Зимой веселые деньки!
(*показывают большим пальцем вверх*)

Пальчиковая гимнастика «Снежинки»

Стою и снежинки в ладошку ловлю.
Ритмичные удары пальцами левой руки, начиная с указательного, по ладони правой руки.

Я зиму, и снег,
снежинки люблю,
Ритмичные удары пальцами правой руки, начиная с указательного, по ладони левой руки.

Но где же снежинки?
В ладошке вода,
На вопрос сжать кулаки, на ответ — разжать.

Куда же исчезли снежинки? Куда?
На первый вопрос сжать кулаки, на второй — разжать.

Растаяли хрупкие льдинки-лучи...
Мелкие потряхивания расслабленными ладонями

Как видно, ладошки мои горячи.

Пальчиковая игра «Во дворе»

Раз, два, три, четыре, пять (Загибаем пальчики по одному)

Мы во двор пришли гулять. («Идём» по столу указательным и средним пальчиками)
Бабу снежную лепили, («Лепим» комочек двумя ладонями)
Птичек крошками кормили, (Крошащие движения всеми пальцами)
С горки мы потом катались, (Проводим указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)
А ещё в снегу валялись.

(Кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)
Все в снегу домой пришли. (Отряхиваем ладошки)
Съели суп и спать легли. (Движения воображаемой ложкой, руки под щёки).

Пальчиковая игра «Елка»

Посмотри: на нашей елке (сложить ладошки вместе)
Очень колкие иголки.
От низа до макушки (показываем низ и верх)
Висят на ней игрушки —
Звездочки и шарики, (сложить две руки, словно шарик)
Яркие фонарики (крутим фонарики).

Пальчиковая игра «Варежка»

Маша варежку надела.
Ой, куда я пальчик дела? (загибаем большой палец)
Нету пальчика, пропал
В свой домишко не попал.
Маша варежку сняла.
Поглядите-ка, нашла! (высовываем пальчик)
Ищешь, ищешь, не найдешь.
Здравствуй, пальчик (пальчик здоровается, кивает),
Как живешь?

Пальчиковая игра «Пух»

Белый пух, снежный пух,
Все-все-все в пуху вокруг.
Пух на шапках (показываем на названные вещи),
Пух на шубках,
Пух на бровках,
Пух на губках.

Пух

Как щекотно – ух. (щекочим бока)

Кто щекочит – пух.

Пальчиковая игра «Зима»

Ветер тучу-мельницу

Крутит во весь дух (крутим ручками, словно мельница),
И на землю стелется
Белый-белый пух (встряхиваем ладошки).
Закрывайте окна,
Закрывайте двери (соединяем ладошки вместе).
Закрывайте уши (закрываем ушки),
Закрывайте нос (закрываем нос).

Ходит, бродит по дорогам
Старый дедушка Мороз (ходим указательным и средним пальцами)
Щиплет уши, щиплет нос,
Щиплет щёчки дед Мороз (щипаем названные части тела).

Пальчиковая гимнастика «Снежок»

Раз, два, три, четыре, пять……*загибать пальчики на обеих руках одновременно, начиная с больших*

Мы с тобой снежок слепили…….. *изображать как лепят снежок*

Круглый, крепкий, очень гладкий……..*показать руками круг*

И совсем- совсем не сладкий……*погрозить пальчиком.*

Раз-подбросим,……..*подбросить воображаемый снежок*

Два- поймаем,……*поймать воображаемый снежок*

Три- уроним……..*уронить воображаемый снежок*

И сломаем……*топнуть ногой!*

Пальчиковая игра «Снеговик»

Мы слепили снежный ком,
Шляпу сделали на нём,
Нос приделали - и вмиг
Получился …снеговик

Пальчиковая гимнастика "Ёлочка"

Утром дети удивились, (разводят руки в стороны, подняв плечи)

Что за чудеса случились
Этой ночью новогодней.
Ожидали, что угодно, (сжимают и разжимают пальцы)

А увидели парад:
ряд снеговики стоят, (руками рисуют в воздухе три круга)
Глазки весело горят,

(закрывают и открывают ладонями глаза)
А перед ними ёлочка (хлопают в ладоши)
Пушистая, в иголочках.

Пальчиковая гимнастика "Новый год"

Наступает Новый год! *(Хлопаем в ладоши)*
Дети водят хоровод. *(Кисти сцеплены пальцами, руки вытянуты, кисти вращаем внутрь-наружу)*
Висят на елке шарики, *(Поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар)*
Светятся фонарики. *(Фонарики)*
Вот сверкают льдинки, *(Сжимать и резко разжимать кулаки по очереди)*
Кружатся снежинки. *(Легко и плавно двигать кистями)*

В гости Дед Мороз идет, (*Пальцы шагают по коленям или по полу)*
Всем подарки он несет. (*Трем друг об друга ладони)*
Чтоб подарки посчитать, (*Хлопаем по коленям или по полу, одна рука — ладонью, другая — кулаком, затем меняем)*
Будем пальцы загибать: *(по очереди массажируем каждый палец)*
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10.

Физкультминутка «Зимний день»

Зимний день такой холодный. (*Поёжиться, похлопать себя по плечам.)*
Греем руки мы вот так: Х-х-х-… (*Соответственно.*)

Воробью насыплем крошки. (*Щепотью правой руки.)*
Он обрадуется так! (*Похлопать в ладоши.)*
Мы попрыгаем немножко, (*Прыжки на месте.*)
Пробежимся по снежку. (*Соответственно*)
Постучим нога о ножку, (*Соответственно.*)
Поваляемся в снегу. (*Покататься по коврику.*).

Физминутка по теме: «Зима».

На дворе мороз и ветер,
На дворе гуляют дети,
Ручки, ручки потирают,
Ручки, ручки согревают.
(дети потирают одну ладонь о другую).
Не замёрзнут ручки-крошки,
Мы похлопаем в ладошки.
Вот как хлопать мы умеем,
Вот как ручки мы согреем!
(хлопают в ладоши).
Дети стоят кружком, держась за руки.
Выпал беленький снежок,
Собираемся в кружок.
Мы топаем, мы потопаем!
(дети топают ногами).
Будем весело плясать,
Будем ручки согревать.
Мы похлопаем, мы похлопаем!
(хлопают в ладоши).
Будем прыгать веселей,
Чтобы было потеплей.
Мы попрыгаем, мы попрыгаем!
(прыгают на месте).

Утренняя гимнастика
«Что за чудо – Новый год»
с разноцветными шарами (мячами)

I. Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений для рук по команде воспитателя (руки в стороны, за голову, на пояс)
Бег змейкой.

II. ОРУ.

1 .И. п.— стойка ноги на ширине ступни, шар в правой руке.
1 —2 —поднять руки через стороны вверх, переложить шар в левую руку;

3—4 —исходное положение (5 раз).

2.И. п.— стойка ноги врозь, шар в правой руке.

1 —руки в стороны;

2 — наклон вперед, положить шар у носка левой ноги;

3 — выпрямиться, руки в стороны;

4 — наклониться, взять шар в левую руку. То же левой рукой (4 раз).

3.И. п.— стойка ноги на ширине ступни, шар в правой руке.

1 — присесть, шар вперед, переложить в левую руку;

— встать, шар в левой руке (5 раз).

4.И. п.— стойка в упоре на коленях, шар в правой руке.

1 — поворот вправо, положить шар у носков ног;

2 —выпрямиться, руки на пояс;

3 —поворот вправо, взять шар;

4 —вернуться в исходное положение, переложить шар в левую руку.

То же влево (по 3 раза).

5.И. п.— основная стойка, руки произвольно, шар на полу.

Прыжки на правой и левой ноге вокруг шара в чередовании

с небольшой паузой. Выполняется на счет 1—8, повторить 2—3 раза.

III. Заключительная часть. Игра малой подвижности «Что весит на ёлке».