

1. Упражнение. «Полька»

Вспомни, как нужно выполнять поскоки

Сегодня попробуй кружиться вокруг себя на поскоках

[https://x-](https://x-minus.me/track/318441/%D0%BE%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%BD%20%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%B0)

[minus.me/track/318441/%D0%BE%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%BD%20%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%B0](https://x-minus.me/track/318441/%D0%BE%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%BD%20%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%B0)

танцуйте парами

1 часть: бегут по кругу друг за другом

2 часть: пружинка – 2 раза, покружились подскоками, пружинка – 2 раза, покружились подскоками.

Три хлопка

3 часть: бегут по кругу.

4 часть: повтор 2 части.

Узнай, что такое полька здесь:

<https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2017/02/28/prezentatsiya-tanets-polka>

2. Дыхательная гимнастика

<https://www.youtube.com/watch?v=5ubBHtd0s98>

выполнить упражнения Свеча, Трубочка

3. Распевка «Лесенка»

По лесенке можно подниматься вверх и опускаться вниз.

[https://2.bp.blogspot.com/-](https://2.bp.blogspot.com/-edp7n2jRudc/VrouSJkZIPI/AAAAAAAAAPk/VUy5qlzlYtQ/s1600/%2D0%25BB%25D0%25B5%25D1%2581%25D0%25B5%25D0%25BD%25D0%25BA%25D0%25B0.jpg)

[edp7n2jRudc/VrouSJkZIPI/AAAAAAAAAPk/VUy5qlzlYtQ/s1600/%2D0%25BB%25D0%25B5%25D1%2581%25D0%25B5%25D0%25BD%25D0%25BA%25D0%25B0.jpg](https://2.bp.blogspot.com/-edp7n2jRudc/VrouSJkZIPI/AAAAAAAAAPk/VUy5qlzlYtQ/s1600/%2D0%25BB%25D0%25B5%25D1%2581%25D0%25B5%25D0%25BD%25D0%25BA%25D0%25B0.jpg)

Наша лесенка не простая, а музыкальная, поэтому каждая ступенька поет своим голосом.

Послушай

<https://www.youtube.com/watch?v=evmDM-GwJLs>

вот иду я вверх

вот иду я вниз

спой песенку про лесенку

поиграй с мамой

<https://www.maam.ru/detskij-sad/muzykalno-didakticheskaja-igra-lesenka.html>

вот еще вариант игры :

<https://www.clubkid.ru/muzykalnye-igry/2169-muzykalnaya-igra-muzykalnye-lesenki.html>

4. Пение

Песня «Хорошо у нас в саду»

<https://detskie-pesni.com/dlja-malyshej/detskij-sad/horosho-u-nas-v-sadu>

выберите исполнение со словами, прослушайте песню, вспомни слова, мелодию, затем спой сам под минусовую фонограмму.

«Мы были малышами»

Послушай песню здесь:

<https://nsportal.ru/audio/detskie-pesni/2019/05/pesnya-my-byli-malyshami>

о чем она?

Ты хочешь в школу?

Распечатай и выучи слова

«Одуванчики»

Послушай песню

<https://www.youtube.com/watch?v=-LTWlCg91gw>

в описании под видео есть слова.

Скачайте и распечатайте их

задание: **нарисуй одуванчик**. Пришли рисунок на почту детского сада или в вайбер воспитателю

5. Игра «Лютики – ромашки»

https://mp3mn.com/?id=JI2kbUAcpX1OhjD2XgRxl2vTWBdk_u7kKCvlGeAzX2A&name=Ekaterina_ZHeleznova_-_Lyutiki-Romashki

слушай музыку и выполняй движения по тексту