Средняя группа

Карточка № 1

Тема: Детский сад

Выполнение движений по тексту

Детский сад, детский сад,

Он всегда детям рад.

Хлопают в ладоши

Буду в садике играть

И конструктор собирать,

Поочерёдно отводят руки в право - влево

Буду бойко танцевать

И лепить, и рисовать.

Выставляют ноги в перёд

Кружатся вокруг себя

Карточка № 2

Тема: Овощи, фрукты

Выполнение движений по тексту

Будем мы варить компот.

Фруктов нужно много. Вот.

Маршируют на месте

Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить,

Поднимают и опускают плечи

Отожмём лимонный сок,

Слив положим и песок.

Наклоняют туловище вправо, влево

Варим, варим мы компот,

Угостим честной народ.

Наклоняют туловище вправо, влево

Хлопают в ладоши

Карточка № 3

Тема: Грибы, ягоды

Выполнение движений по тексту

Все зверушки на опушке

Ищут грузди и волнушки.

Маршируют на месте

Белочки скакали,

Рыжики срывали.

Прыгают на месте

Лисички бежали,

Лисички срывали.

Бегут на месте

Скакали зайчатки,

Искали опятки.

Прыгают на месте

Медведь приходил,

Мухомор раздавил.

Маршируют на месте

Карточка №

Тема: Общественный транспорт

Выполнение движений по тексту

Впереди - электровоз,

Он вагончики повез,

Маршируют на месте

Этот поезд очень скор,

Мчит вперед во весь опор!

Поворачивают туловище влево, вправо

И свистит он, и стучит,

Нет, он вовсе не сердит!

Наклоняют туловище вправо, влево

У окошка пассажир –

Из окна глядит на мир.

Поднимают и опускают плечи

Карточка № 5

Тема: Осень (осенняя одежда)

Мы листики осенние, на ветках мы сидим

Поднимают руки вверх

Дунул ветер, полетели

Кружатся вокруг себя

Мы летели, мы летели и на землю тихо сели.

Приседают

Ветер снова набежал и листочки все поднял

Бегут на месте

Карточка № 6

Тема: Домашние животные и их детеныши

Кошка очень хороша,

Ходит мягко, не спеша,

Маршируют на месте

Сядет, умывается,

Лапкой вытирается.

Приседают

Промочил котёнок лапки,

Сшили мы котёнку тапки.

Наклоняются вперёд

Только как надеть на лапки, если там торчат царапки?

Разводят руки в стороны

Карточка № 7

Тема: Лесные звери и птицы

Хоровод, хоровод

Пляшет маленький народ.

Хлопают в ладоши

Танцевать, скакать и прыгать

Мы готовы круглый год.

Прыгают на месте

Под кустом, под кустом

Кто-то с рыженьким хвостом.

Поворачивают туловище влево – вправо

Это рыжая лисичка

Под кусточком лисий дом.

Наклоняют туловище вправо - влево

Карточка № 8

Тема: Что нам стоит дом построить?

Не дарите мне игрушек:

Зайцев, мишек, безделушек.

Маршируют на месте

Мне совсем-совсем не надо,

Ни конфет, ни шоколада.

Наклоняют туловище вправо, влево

Я люблю пилить, строгать,

Гвозди ловко забивать.

Поочерёдно поднимают правую, левую руки

Стану взрослым я когда,

Буду строить города!

Маршируют с высоким подниманием ног

Карточка № 9

Тема: Моя Родина Россия

Что мы Родиной зовём?

Дом, в котором мы живём.

Поднимают руки вверх

И тропинку, вдоль которой

Рядом с мамой мы идём.

Маршируют на месте

Что мы Родиной зовём?

Всё, что в сердце бережём.

Одновременно поднимают и опускают плечи

И под небом синим-синим

Флаг России над Кремлём.

Кружатся, руки на поясе

Карточка № 10

Тема: Дорожная азбука

Три цвета есть у светофора.

Они понятны для шофера:

Маршируют на месте

Красный свет: проезда нет.

Останавливаются

Желтый: будь готов к пути,

Приседают на корточки

А зеленый свет - кати

Бегут на месте

Карточка № 11

Тема: Комната, мебель

Выполнение движений по тексту

Раз, два, три, четыре –

Много мебели в квартире.

Поднимают и опускают плечи

В шкаф повесим мы рубашку,

А в буфет поставим чашку.

Руки в стороны

Поднимают руки вверх, потягиваются

Посидим чуть-чуть на стуле,

Чтобы ножки отдохнули.

Приседают

А потом мы с котом посидели за столом,

Чай с вареньем дружно пили.

Наклоняют туловище вправо, влево

Много мебели в квартире.

Разводят руки в стороны

Карточка № 12

Тема: Посуда

Вот большой стеклянный чайник,

Очень важный, как начальник.

Маршируют на месте

Вот фарфоровые чашки,

Очень хрупкие, бедняжки.

Поднимают и опускают плечи

Вот фарфоровые блюдца,

Только стукни – разобьются.

Наклоняют туловище вправо, влево

Вот пластмассовый поднос –

Он посуду нам принёс.

Ходят на месте с высоко поднятыми коленями

Карточка № 13

Тема: Моя семья

Выполнение движений по тексту

Раз, два, три, четыре,

Кто живёт у нас в квартире?

Хлопают в ладоши

Раз, два, три, четыре, пять,

Всех смогу пересчитать:

Прыгают на месте

Папа, мама, брат, сестра.

Кошка Мурка, два котёнка,

Наклоняют туловище влево – вправо

Мой сверчок, щегол и я.

Вот и вся моя семья

Поворачивают туловище влево – вправо

Хлопают в ладоши

Карточка № 14

Тема: Я - человек

Ножки бегали, скакали

Маше спать не давали.

Маршируют на месте

Зубки наши кушали,

Ушки маму слушали.

Поднимают и опускают плечи

Прыг, прыг, скок, скок

Улыбается роток.

Прыгают на месте

Карточка № 15

Тема: Безопасное поведение в быту

Ты, малыш, запомнить должен:

Будь с розеткой осторожен!

Поднимают и опускают плечи

С ней не должен ты играть,

Шпильку, гвоздь туда совать –

Наклоняют туловище влево – вправо

Дело кончится бедой:

Ток в розетке очень злой!!!

Маршируют на месте

Карточка № 16

Тема: Зима (зимняя одежда)

Выполнение движений по тексту

Всюду снег, в снегу дома –

Привезла его зима.

Маршируют на месте

К нам спешила поскорей,

Привезла нам снегирей.

Поворачивают туловище вправо, влево

От зари и до зари,

Славят зиму снегири.

Наклоняют туловище вправо, влево

Карточка № 17

Тема: Новый год (зимние забавы)

Ой. Мороз Красный нос,

Мы тебя все знаем.

Хлопают в ладоши

И тебя, Дед Мороз,

Радостно встречаем.

Руки на поясе, наклоняют туловище вперёд

Ой, Мороз Красный нос,

Песню запеваем

Хлопают в ладоши

И тебя в хоровод

К детям приглашаем.

Хлопают в ладоши

Карточка № 18

Тема: Уроки вежливости и этикета

Вот мы руки развели,

Словно удивились.

Разводят руки в стороны

И друг другу до земли

В пояс поклонились!

Наклоняются вперед

Ниже, ниже, не ленись,

Поклонись и улыбнусь

Наклоняются вперед и выпрямляются

Карточка № 19

Тема: Обитатели живого уголка

Хомка, хомка, хомячок!

Полосатенький бочок.

Поочерёдно наклоняются вправо, влево

Хомка рано встаёт

Щечки моет. Шейку трет.

Поднимают руки вверх

Подметает хомка хатку

И выходит на зарядку.

Наклоняются вперёд

Раз, два, три, четыре, пять

Хомка сильным хочет стать.

Маршируют на месте

Карточка № 20

Тема: Домашние птицы и их детеныши

Вышли уточки на луг: «Кря – кря – кря»

Маршируют

Пролетел весёлый жук: «Ж – ж – ж!»

Машут руками как «крыльями»

Гуси шеи выгибают: «Га – га – га!»

Тянутся на носочках вверх

Клювом перья разгоняют.

Наклоняют туловище

Карточка № 21

Тема: Лесные звери и птицы

Встал зайчонок на пенек.

Всех построил по порядку,

Стал показывать зарядку.

Встают прямо, руки опускают

Раз! Шагают все на месте.

Два, руками машут вместе.

Три! Присели, дружно встали,

Все за ушком почесали.

Маршируют на месте

Машут руками

Приседают

Карточка № 22

Тема: Общественный транспорт (воздушный, водный)

Я построю самолёт,

Шлем надену, и в полёт.

Наклоняют туловище, руки в стороны

Сквозь волнистые туманы,

Полечу в другие страны.

Поворачивают туловище вправо, влево

Над морями и лесами,

Над горами и полями.

Наклоняют туловище вправо, влево

Облечу весь шар земной,

А потом вернусь домой

Маршируют на месте

Карточка № 23

Тема: День защитника Отечества

Красные погоны,

Новенький мундир.

Поднимают и опускают плечи

По Москве шагает

Юный командир.

Маршируют на месте

У него походка

Гордости полна.

Наклоняют туловище вправо, влево

День своих защитников

Празднует страна.

Поворачивают туловище вправо, влево

Карточка № 24

Тема: Наши помощники (бытовая техника)

Чтоб у нас от скучной стирки

Ручки не болели.

Поочерёдно поднимают руки вверх

Вот стиральная машинка

Есть для этой цели.

Разводят руки в стороны

Загружаем все в нее,

Кнопку нажимаем.

Наклоняют туловище

Да идем смотреть кино,

Иль чаи гоняем.

Маршируют

Карточка № 25

Тема: 8 марта

Когда я по городу

С мамой хожу,

Маршируют

За руку маму

Я крепко держу:

Хлопают в ладоши

Зачем ей

Идти и бояться,

Поднимают и опускают плечи

Что может она

Потеряться?

Разводят руки в стороны

Карточка № 26

Тема: Комнатные растения

В нашей группе на окне,

Во зеленой во стране.

Поворачивают туловище вправо, влево

В расписных горшочках

Подросли цветочки.

Тянутся на носочках вверх

Вот розан, герань, толстяка,

Колких кактусов семья.

Наклоняют туловище вправо, влево

Их польем мы спозаранку.

Я и все мои друзья.

Маршируют

Карточка № 27

Тема: Мир прекрасного

Гномик по лесу гулял,

Колпачок свой потерял.

Маршируют

Колпачок был непростым

Со звоночком золотым.

Хлопают в ладоши

Гному кто точней подскажет

Где искать ему пропажу?

Наклоняют туловище вправо - влево

Карточка № 28

Тема: Лесные птицы и звери

Мишка вылез из берлоги,

Огляделся на пороге.

Поворачивают туловище вправо – влево

Потянулся он со сна:

К нам опять пришла весна.

Разводят руки в стороны

Чтоб скорей набраться сил,

Головой медведь крутил.

Поднимают и опускают плечи

Наклонился взад-вперед,

Вот он по лесу идет.

Наклоняют туловище назад - вперед

Карточка № 29

Тема: Народная игрушка

Хлопают в ладошки

Дружные матрешки.

Хлопают в ладоши

На ногах сапожки,

Топают матрешки.

Поочерёдно выставляют правую, левую ногу

Влево, вправо наклонились,

Всем знакомым поклонились.

Наклоняют туловище вправо - влево

Карточка № 30

Тема: Весна (весенняя одежда)

Травка зеленеет,

Солнышко блестит;

Маршируют

Ласточка с весною

В сени к нам летит.

Одновременно поднимают руки вверх через стороны

С нею солнце краше

И весна милей...

Наклоняют туловище вправо – влево

Прощебечь с дороги

Нам привет скорей!

Кружатся

Карточка № 31

Тема: Неделя здоровья

Бедный доктор Айболит!

Третий день не ест, не спит.

Тянутся на носочках вверх

Раздает таблетки

Непослушным деткам.

Поочерёдно поднимают руки вверх

Тем, кто рук не мыл к обеду,

Кто без счета ел конфеты.

Поворачивают туловище вправо - влево

Кто босой гулял по лужам,

Тем, кто мамочку не слушал.

Маршируют

Карточка № 32

Тема: Безопасное поведение в природе

Чтоб не страдали звери, птицы,

Природу портить не годится!

Маршируют

С поляны мусор соберите

И на костре его сожгите!

Наклоняются вперёд

Костёр в лесу не оставляйте –

Песком, землёю засыпайте.

Приседают

Карточка № 33

Тема: Земля мой дом родной

Замечательно, друзья,

Что наш дом родной - Земля.

Разводят руки в стороны

Никаких сомнений нету –

Это лучшая планета!

Поднимают и опускают плечи

Травы, звери, птицы, люди,

Всё, что было, есть и будет,

Наклоняют туловище вправо – влево

Всё, что видим мы кругом –

Это в космосе наш дом.

Кружатся

Карточка № 34

Тема: День Победы

Майский праздник – день Победы

Отмечает вся страна.

Маршируют

Надевают наши деды

Боевые ордена.

Поворачивают туловище вправо – влево

Их с утра зовёт дорога

На торжественный парад,

Маршируют

И задумчиво с порога

Вслед им бабушки глядят.

Поднимают и опускают плечи

Карточка № 35

Тема: Мир растений (деревья, кустарники, трава, цветы)

Зелень на деревьях –

Первые листочки.

Тянутся на носочках вверх

И на всех газонах –

Жёлтые цветочки.

Наклоняются

В голубом раздолье

Щебет не смолкает,

Одновременно поднимают руки вверх через стороны

Пятнышком весёлым

Бабочка порхает.

Кружатся

Карточка № 36

Тема: Насекомые, пресмыкающиеся

Что за маленькие злюки

Искусали наши руки.

Поочерёдно поднимают руки вверх

Покусали наши лица,

Так, что нам теперь не спится?

Наклоняют туловище вправо – влево

И, жужжа, над нами вьются,

В наши руки не даются!

Кружатся

Карточка № 37

Тема: Лето (летняя одежда)

Лето – чудо, а не слово,

Всей земле оно знакомо.

Поднимают и опускают плечи

Вновь цветочки зацветают,

И о лете возвещают.

Тянутся на носочках вверх

Скоро будет очень жарко,

Есть клубничку очень сладко.

Наклоняются вперёд

И становится длинней,

Каждый час и каждый день.

Поворачивают туловище вправо – влево.