**Да нас вясна прыйшла**

Прыйшла вясна да нас-

Цудоўны дзіўны час.

*(Рукі выцягваюць наперад. )*

За кветкамі пайшлі,

Вянок сабе сплялі!

*(Пальцамі рухаюць, быццам плятуць вянок. )*

**Радуюцца дарослыя і дзеці**

*Выкананне рухаў па ўзоры:на кожны, радок дзеці загінаюць пальц, апошні радок-сціскаюць і расціскаюць кулак.*

Хто яшчэ радуецца сонейку?

Радуецца дзядуля,

Радуецца бабуля,

Радуецца матуля,

Радуецца татачка,

Вельмі радуюся я.

Рада сонцу ўся сям’я!

**Трамвай**

Граюць рэйкі: та-ра-рай!

Едзе новенькі трамвай.

(*Водзяць рабром далоні адной рукі па другой.*)

Гру-гру-гру,- грукочуць рэйкі:

(*Стукаюць рабром далоні па стале.*)

Едзе так трамвай старэнькі. (*Пляскаюць у далоні.*)

**В. Бурлак**

**Вясна**

Як вясна прыйшла ў гаі,

Разбудзіла ручаі

(*“Крочаць”указальным і сярэднім пальцамі па стале*)

І паклікала ізноў

Птушак з выраю дамоў.(*Махаюць рукамі да сябе.*)

Прыляцелі жаўрукі

І зязюлі і шпакі,

Качкі, чэпікі раюцца,

З імі ластаўкі.

Прыляцелі журавы,

Буслы, кнігаўкі…

Дзе ты тут усіх

Пералічыш іх!*(Загінаюць пальцы.)*

Прыляцелі, у полі селі…*(Апускаюць далоні на стол)*

**М. Танк**

**Жаваранак**

Птушка, птушка, прылятай!

Вясну чырвоную, зазывай!

(*Згінаюць і разгінаюць пальцы.*)

Птушка крыльцамі махае,

Весяліць дзетак зазывае!

*(Паказваюць рухамі рук, як ляціць птушка.)*

Хто жыве на дне ракі?

(*Пляскаюць у далоні.*)

Акуні і шчупакі,

Краснапёрка, ёрш і карп.

Ёсць вугры і ёсць ляшчы,

І падводныя карчы,

І прабітыя мячы.

*(Загінаюць на абедзвух*

*руках пальцы па аднаму.)*

Ціха, Таня, не пішчы!

(*Ківаюць указальным пальцам*)

**А. Хадановіч**

**Градкі**

Лады, лады, ладкі,

Мы палолі градкі.

(*Робяць рухі, нібыта рвуць зелле.*)

Мы палолі самі,

Сваімі рукамі.

(*Круцяць рукамі.*)

Ад стараннай працы выраслі на градцы

Вось такія буракі,

(*Паказваюць іх памер дзюма далонямі, нібыта трымаюць мячык.*)

Вось такія агуркі,

(*Разводзяць шырока рукі.*)

А капусты качаны – вось такой велічыні!(*Паказваюць рукамі памер.*)

**Кот на печку пайшоў**

Кот на печку пайшоў,

(*Пальцамі “крочаць”.*)

Гаршочак кашы знайшоў.

(*Робяць “гаршочак” з далоней.*)

На печы калачы,

(*Далонямі “лепяць калачы”.*)

Як агонь гарачы.

(*Дзьмуць на далоні.*)

Пернікі пякуцца,

Кату ў лапы не даюцца.(*Пагражаюць пальцамі.)*

**Сабака**

*Правая далонь на рабро.*

*Вялікі палец падняць у верх,*

*Указальны, сярэдні, безымянны – разам.*

*Мезінец то апушчаны, то паднімаецца – “брэша сабака”.*

У сабакі востры нос,

Ёсць і шыйка, ёсць і хвост.

**Кот і мышы**

Як аднойчы, вельмі рана,

Вышла важна мыш на ганак.

*(Пальцамі “крочаць”.)*

І гаворыць: “Прызнаюся,

Больш ката яне баюся!”

(*Ківаюць указальным пальцам.*)

**А. Старынчык**

**Наша курка**

Наша курка моцна квохча,

Знесці нам яечка хоча.

(*Пальцы сціскаюць у кулак.*)

Маці напячэ блінцоў

Для маленькіх малайцоў.

(*“Пякуць” бліны.*)

**А. Старынчык**

**Світка з нітак**

Каб купіў дзе вожык ніткі,

(*Пальцамі адной рукі цягнуць па чарзе кончыкі пальцаў другой.* )

А іголак мае шмат,

(*Пальцы выпростваюць і максімальна разводзяць.*)

Зайку ён пашыў бы світку,

(*“Шыюць” світку.*)

Зайка быў бы вельмі рад.

(*Пляскаюць у далоні.*)

**С. Бестава**

**Крэсла**

*Левая далонь - вертыкальна ўверх.*

*Да яе ніжняй часткі прыстаўляецца кулак*

*Вялікім пальцам да сябе.*

Ножкі, спінка і сядзенне –

Вось вам крэсла на здіўленне.

**Дом**

На палянцы стаіць дом,

(*Паказваюць далонямі домік.*)

І да дома мы ідзём.

(*Рукамі робяць браму.*)

Там браму адчыняем,

(*Пальцы сціскаюць у кулак, выконваюць павароты ўлева-ўправа.)*

Усіх у госці запрашаем!

(*Выконваць рукамі запрашаючыя рухі*)

**Насякомыя**

На гары, на гары

Мак таўкуць камары.

(*Стукаюць кулакамі адзін аб другі.*)

Гэй, старайся ж,

Талака, -

(*Ківаюць указальным пальцам.*)

Будзе з маку мука!

(*Паказваюць далоні.*)

Камарыкі

Мак таўкуць-

(*Пляскаюць у далоні.*)

З той мукі бліны спякуць.

(*“Пякуць” бліны.*)

**К. Цвірка**

**ФІЗКУЛЬТХВІЛІНКІ**

1. **«Жук»**

Цераз плот, цераз плот

Жук ляціць у гарод (бег на месцы,узмахі рукамі)

І гудзе, як самалет.(гудзяць)

Ну і жук! Ну і гук! (прысесці каля стала)

1. **«Баю-бай»**

Баю-бай, Аленка, баю-бай, Іванка!(павароты галавы ў бакі)

Прыйшла калыханка(рукамі падперці галаву)

Ляж роўна на спінку і засні, дзяўчынка.(адкінуць галаву і закрыць вочкі)

Павярніся на бочок і засні , мой хлапчучок(галаву пакласці на стол і адпачыць)

1. **«Карагод»**

На паляне ў бары карагодзілі звяры:

Туп-валюх – ішл імядзведзі ,

А ліса плыла, як лебедзь.

Многа-многа касавокіх

беглі хуценька ў прыскокі.

А нязграбныя ваўкі

адхіляліся ў бакі.(імітаваць рух кожнага звярка).

1. **«Сонейка»**

Сонейка стамілася,

За лес закацілася,

Спачываць прылегла ціха

Побач з шэраю зайчыхай.(Седзячы на месцы, павольна апусціць галаву на парту на складзеныя рукі і заплюшчыць вочы).

1. **«Пчолка»**

Палячу я пчолкай на лугі, палеткі (памахаць рукамі, як крыламі)

Назбіраю маме меду з кожнай кветкі (скласці далоні і паказаць збор меду)

1. **«Гімнастыка»**

Раз-два, раз- два!

Не схіляйся, галава!

Раз, два, тры, чатыры,

Смела, весела і шчыра!

Хто адважны, той здаровы.

Хто за мною? Хто чарговы? (рухі рукамі з гімнастычнага комплексу)

1. **“Скок ды скок”**

Скок ды скок па сняжку,

Па сцяжынцы, па лужку (скачкі на месцы)

Пад асінкай зайкі след:

Тут у зайца быў абед (прысесці)

Ен кары ўсмак пагрыз(паказаць),

Пагуляў(бег на месцы),

паспаў (прысесці, галава на складзеных далонях, вочкі закрыць)

Зірк-зірк – ліс!(глядзець па баках, прыклаўшы далонь над вачамі)

Падхапіўся, скок убок.

Затаіўся і маўчок (скачок убок)

Матылек лятаў, кружыўся

І за дзень ушчэнт змарыўся,

Выбірае месца,

Дзе б яму прысесці.(танцавальныя рухі, у канцы прысесці)

1. **“Ручаёк”**

Я ручай, ручаек,

Я з крыніцы пацек.

Як праз поле пабег,

Бачыў многа пацех.(бегчы, узяўшыся за рукі)

1. **“Агарод”**

Ад стараннай працы выраслі на градцы:

Вось такія буракі!(падняць рукі ўверх)

Вось такія агуркі!(развесці іх ў бакі)

А капусты качаны - вось такой велічыны!(выцягнуць рукі ўперад)

1. **“Дзьмухаўцы”**

Дзьмухаўцы, як парашуты,

Па-над лугам кружацца.

У іх розныя маршруты -

Дзе які апусціцца.(танец з кружэннем і прысесці ў канцы).

1. **“Верабейка”**

Скок, скок, скок, скок ( скачкі на месцы)

Верабейка пад кусток.

У глухі хмызняк забіўся –

Пэўна дома правініўся.(прысесці, прыгнуць галаву)

1. **“Музыкі”**

Вось прыйшлі музыкі чарадой вялікай( ідуць на месцы).

Граў на скрыпачцы камар,

На дудачцы – чмель-дудар.

Муха на цымбалах струны калыхала.

Авадзень на леры выцінаў без меры,

А чырвоны конік жарыў у гармонік. (імітуюць ігру на інструментах, прытопваючы)

1. **“Козачка”**

Козачка белая па гародзе бегала (бег на месцы)

Аб’елася лебяды, нарабіла бяды (сагнуцца, узяўшыся за жывот)

Баднула бабулю(галавой у парах дакрануцца да суседа),

патаптала цыбулю(патупаць нагамі),

Пашматала часнок, брык-скок, брык-скок( падскокі).

1. **“Сябры”**

А качаня - кра, кра(памахаць рукамі) і кацяня – мяў,мяў (прысесці)

Паміж сабою як радня ( устаць, абняцца ў парах)

Усюды разам, удваіх,

не разальеш вадою іх( у пары, трымаючыся за рукі, выконваюць

аднолькавыя дзеянні, напрыклад, падскокі, прысяданні і др.)

1. **“Птушаняткі”**

Каля шпакоўні-хаткі

Лятаюць птушаняткі (бег на месцы)

Адно, два, тры, чатыры,

ляцяць, рыхтуюцца ў вырай.(узмахі рукамі)

1. **“На вадапой”**

Звяры ішлі на вадапой.

За маці-ласіхай тупала ласяня, (Ідуць гучна тупаючы)

За маці-лісіцай кралася лісяня, (крочаць на носочках)

За маці-вожычыхай каціўся вожык,

(прысядаць, павольна рухаюцца наперад)

За маці-мядзведзіцай ішло медзведзяня, (Ідуць перавальваючыся)

За маці-вавёркай скакалі ваверчаняты, (скачуць упрысядкі.)

За маці-Зайчыхай – касыя зайчаняткі, (скачуць на прамых нагах)

Ваўчыха вяла за сабой ваўчанят, (Ідуць на карачках)

Каб напаіць сваіх дзіцянят. (Тварам ў круг, робяць рухі язычком -"п’юць")

1. **«Мы становімся ўсё вышэй»**

(дзеці паўтараюць рухі па ходзе верша)  
Мы становімся ўс ёвышэй,  
Дастаем рукамі даху.  
Раз- два - падняліся,  
Раз- два – рукі ўніз.

1. **«У жырафы»**

У жырафы плямы, плямы, плямы,  
Плямкі ўсюды.  
Пляскаюць па ўсім цел едалонямі.  
У жырафы плямы, плямы, плямы,  
Плямкі ўсюды.  
На лбе, на вушах, на шыі, на локцях,  
На насах, на жыватах, на каленях і шкарпэтках.  
(Абодвума паказальнымі пальцамі дакранаюцца да адпаведных частак цела).

1. **«Жабы»**

(дзеці выконваюць рухі па ходзе верша)  
На балоце дзве сяброўкі,  
Дзве зялёныя жабы  
Раніцай рана мыліся,  
Ручніком абціраліся.  
Лапкамі плёхалі,  
Лапкамі пляскалі.

[**ГІМНАСТЫКА ДЛЯ ВАЧЭЙ**](https://umrazum.wordpress.com/2013/12/17/%d1%84%d1%96%d0%b7%d0%ba%d1%83%d0%bb%d1%8c%d1%82%d1%85%d0%b2%d1%96%d0%bb%d1%96%d0%bd%d0%ba%d0%b0-%d0%b3%d1%96%d0%bc%d0%bd%d0%b0%d1%81%d1%82%d1%8b%d0%ba%d0%b0-%d0%b4%d0%bb%d1%8f-%d0%b2%d0%b0%d1%87/)

1. **«Арэлі»**

(вочы ўгару-наніз)

Толькі сеў я на арэлі,

Як арэлі паляцелі!

Моцна я трымаюся,

Уверх ды ўніз гайдаюся!

І спяваю і смяюся – анічога не баюся!

1. **«Слонік ды муха» (вочы ўправа-улева)**

Ёсць у слоніка два вухі.

На адно з іх села муха.

Дзе ты, муха? Дзе ты? Дзе? –

Муха знай сабе гудзе.

Трэба муху адшукаць

ды ад вуха адагнаць!

1. **«Павучок» (вочы апісваюць “банцік”)**

Павучок цэлы дзень

сетку новую пляце.

Стол, парог, акно, сцяна –

ад відна і да відна!

так ён завіхаецца, рупіцца, стараецца.

А пабачыць гаспадыня –

паскідае павуцінне.

1. **«Гадзіннік» (вочы па кругу)**

Наш гадзіннік прытаміўся,

Прыпазніўся ды спыніўся.

Раптам стрэлка – скок ды скок –

Паскакала ў іншы бок!

Тата наш гадзіннік зняў,

Батарэйку памяняў.

І ужо каторы дзень

Добра, спраўна ён ідзе!

1. **«Чорны вершык» (закрыць вочы і пакласці на іх далоні)**

Чорны-чорны-чорны дзень.

Неба чорнае, як цень,

А па небе тым высока

Танчаць чорныя аблокі.

Вось у чорны у гарод

Выйшаў чорны-чорны кот.

Гэты чорны-чорны кот

Сеў на чорны-чорны плот,

Лезе чорным языком

У міску з чорным малаком.