

## **Пальчиковая гимнастика**

*Вот Уральская гора  
Не высока, но хороша.*

(пальцы правой руки соединили вместе и опустили вниз так, чтобы косточки оказались вверх)

*Есть вершина у горы*

(провели подушечками пальчиков левой руки по косточкам правой руки вперед-назад)

*Есть подножие горы*

(провели подушечками пальцев левой руки по подушечкам пальцев правой руки)

*А в горе богатства скрыты*

(соединили пальчики левой руки «щепотью», спрятали внутрь ладошки правой руки)

*Очень глубоко зарыты.*

*Дадим мы им название – полезные ископаемые.*

## **Двигательная гимнастика**

### **Игровое упражнение «Река, озеро, гора»**

Дети по сигналу «Река», встают друг за другом в колонну по одному, руки кладут на плечи впереди стоящему

По сигналу «Озеро», дети образуют круг, взявшись за руки

По сигналу «Гора» - образую один большой круг, а затем медленно сходятся в центре, поднимают руки вверх.

По сигналу «Камушки» - разбегаются по группе и приседают на корточки.

По сигналу «Кочки» - встают на четвереньки.

## **Зрительная гимнастика**

*Найдешь ли прекрасней Уральского края* (руки в стороны, посмотрели влево -вправо)

*Там тайны, богатства в земле процветают* (руки опустили вниз, посмотрели вниз)

*Там горы в зеленых, кудрявых уборах* (руки полняли вверх, посмотрели на руки)

*Высокие волны шумят на просторах* (руки в стороны, изобразили «волну» руками)

*Могуч и прекрасен, любимый Урал!* (Руки в стороны, сжали кулачки, показали «силу» в руках)

*Недаром он гордостью Родины стал!*

