

## **Зрительно-двигательная гимнастика**

Мы пришли в зимний лес,  
Сколько здесь вокруг чудес, (круговые движения глазами по часовой стрелке)  
Справа березка в шубке стоит, (посмотреть вправо)  
Слева елочка зеленая глядит, (посмотреть влево)  
Снежинки в небе кружатся, (посмотреть вверх)  
И на землю красиво ложатся (посмотреть вниз).  
Белый заяк прискакал.  
От лисы он убежал.  
Это серый волк рыщет.  
Он себе добычу ищет. (имитация движений)  
Все мы спрячемся сейчас,  
Не найдет тогда он нас.  
Лишь медведь в берлоге спит.  
Так всю зиму и проспит.  
Пролетают снегири.  
Как красивы они.  
В лесу тишина и покой.  
А нам пора идти домой.

## **Пальчиковая гимнастика**

Пальчики – мальчики спрятались в чуланчики  
Дружно сидят и о чем-то говорят. (сжали пальчики в кулачок)  
Пальчик мизинчик жалуется «Ой, ой, холодно зимой» (показали мизинчик)  
Безымянный ворчит «Эх, эк-эк – весь день идет снег» (показали безымянный)  
Средний кричит «Ай, ай, шубу одевай» (показали средний пальчик)  
Указательный плачет «Ох, ок-ок – от ветра я продрог» (показали указательный)  
И лишь большой радуется «Ух, ух, ух! С горки в ямку бух!»