

Управление образования администрации Киржачского района  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества» Киржачского района

Согласовано:  
Методический совет  
протокол № 3  
от 18.04.2024г.



Утверждаю:  
Директор МБУ ДО «ЦДТ»  
Л.А. Лалиашвили  
Приказ № 49-09 от 31.05.2024г.

Принята на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 3 от 31.05.2024г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Мукосолька»**

Направленность: художественная  
Уровень сложности: ознакомительный  
Возраст обучающихся: 5-6 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Федякова Марина Васильевна,  
педагог дополнительного образования

г. Киржач, 2024

## Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1 Пояснительная записка

Лепка - любимое и увлекательное занятие не только для детей, но и многих взрослых. Образовательное и воспитательное значение лепки огромно, особенно в плане умственного и эстетического развития ребенка. Лепка расширяет кругозор, способствует формированию творческого отношения к окружающей жизни, нравственных представлений.

Занятия лепкой комплексно воздействуют на развитие ребёнка:

- повышают сенсорную чувствительность, т.е. способствуют тонкому восприятию формы, фактуры, цвета, веса, пластики, пропорций;
- развивают воображение, пространственное мышление, общую ручную умелость, мелкую моторику;
- синхронизируют работу обеих рук;
- формируют умение планировать работу по реализации замысла, предвидеть результат и достигать его; при необходимости вносить коррективы в первоначальный замысел.
- обогащает ребёнка в художественном и творческом плане.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мукосолька» разработана согласно требованиям следующих **нормативных документов**:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ N 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Национальный проект «Образование» (протокол заседания Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 24.12.2018 № 16);
- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3);
- Примерные требования к программам дополнительного образования детей в приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и

социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844.

**Направленность программы** - художественная.

**Уровень сложности** – ознакомительный.

**Новизной** данной программы является то, что наряду с лепкой, ученики получают знания по основам изобразительной грамоты и рисования, истории искусств, декоративно-прикладному искусству, основам дизайна. Важным и ценным является то, что лепка вместе с другими видами изобразительного искусства развивает ребёнка эстетически. Он учится видеть, чувствовать, оценивать и созидать по законам красоты.

В настоящее время **актуальной** стала проблема сохранения культурной и исторической самобытности России, национальных традиций, незыблемых нравственных ценностей народа. Занимаясь лепкой из солёного теста, дети приобщаются к созданию простейших изделий декоративно – прикладного искусства. У них развивается эстетический вкус, желание проявить себя в творчестве.

**Отличительной особенностью** является использование переплетного картона для создания законченной, полной работы.

Таким образом, **педагогическая целесообразность** образовательной программы состоит в формировании у учащегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе, с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала в работе с использованием всех изученных техник лепки при выполнении индивидуальных изделий.

**Адресат программы** – дети 5-6 лет.

**Психолого-педагогические особенности детей 5-6 лет** - возраст пяти лет – последний из дошкольных возрастов, когда в психике ребенка появляются принципиально новые образования. Это произвольность психических процессов: внимания, памяти, восприятия и т.д., и вытекающая отсюда способность управлять своим поведением. Он является очень важным возрастом в развитии познавательной сферы ребенка, интеллектуальной и личностной. Его можно назвать базовым возрастом, когда в ребенке закладываются многие личностные аспекты, прорабатываются все моменты становления «Я» позиции. Именно 90% закладки всех черт личности ребенка закладывается в возрасте 5-6 лет.

**Особенности организации образовательного процесса** - занятия организуются в учебных группах на базе МБУ ДО «ЦДТ», наполняемость группы – 12-15 человек.

**Продолжительность реализации программы** – 1 год.

**Режим занятий** - занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительность занятия – 30 минут.

**Форма обучения** – очная.

**Условия приема детей** – собеседование, письменное заявление законного представителя ребенка с приложением пакета документов.

## 1.2 Цели и задачи

**Целью программы** является создание условий для самореализации ребенка в творчестве, формирование художественного вкуса, воспитание любви и интереса к данному предмету.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

- познакомить детей основными с понятиями: скульптура, объем, пропорции, плоскость, декоративность, рельеф, композиция.
- познакомить с особенностями работы с пластическими материалами: пластилин и соленое тесто, навыкам работы с инструментами и приспособлениями.
- обучить восприятию предмета, анализировать его объем, пропорции, форму.
- обучить умению передавать массу, объем, пропорции, характерные особенности предметов.
- обучить создавать работы с натуры и по памяти.

#### **Развивающие:**

- развивать художественный вкус, фантазию, изобретательность.
- развивать чувство цвета, формы, зрительную память, воображение.
- развивать у детей творческую активность и инициативу.
- развивать умение строить композицию, организуя смысловые и композиционные связи между изображаемыми предметами.

#### **Воспитательные:**

- формировать устойчивый интерес к художественной деятельности.
- воспитывать у детей чувство прекрасного, умение видеть красоту в окружающем мире.
- формировать умение работать в коллективе.
- воспитывать аккуратность;
- воспитывать самостоятельность в работе.

## 1.3 Содержание программы

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема, содержание	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
<b>1.</b>	<b>Вводный блок</b>	<b>2,5</b>	<b>1,5</b>	<b>4</b>	
1.1	Рабочее место и инструменты. Техника безопасности	1	0,5	1,5	Беседа, опрос

	при работе с соленым тестом.				
1.2	История возникновения соленого теста. Как приготовить соленое тесто.	1	0,5	1,5	Беседа, опрос
1.3	Как лепить из соленого теста. Примеры работ. Сушка и раскраска работ.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
<b>2.</b>	<b>Азбука соленого теста</b>	<b>33,5</b>	<b>38,5</b>	<b>72</b>	
2.1	Буква А. Арбуз.	1	1	2	Беседа, опрос
2.2	Буква Б. Бабочка.	1	1	2	Беседа, опрос
2.3	Буква В. Виноград.	1	1	2	Беседа, опрос
2.4	Буква Г. Гриб.	1	1	2	Беседа, опрос
2.5	Буква Д. Дерево.	1	1	2	Беседа, опрос
2.6	Буква Е. Енот.	1	1	2	Беседа, опрос
2.7	Буква Ё. Ёж.	1	1	2	Беседа, опрос
2.8	Буква Ж. Жук.	1	1	2	Беседа, опрос
2.9	Буква З. Заяц.	1	1	2	Беседа, опрос
2.10	Буква И. Избушка.	1	1	2	Беседа, опрос
	Промежуточная аттестация. Лепка на свободную тему.	0,5	0,5	1	Выставка работ
2.11	Буква Й. Йогурт.	1	1	2	Беседа, опрос
2.12	Буква К. Кот.	1	1	2	Беседа, опрос
2.13	Буква Л. Лебедь.	1	1	2	Беседа, опрос
2.14	Буква М. Мишка.	1	1	2	Беседа, опрос
2.15	Буква Н. Невалышка.	1	1	2	Беседа, опрос

2.16	Буква О. Овечка.	1	1	2	Беседа, опрос
2.17	Буква П. Птица.	1	1	2	Беседа, опрос
2.18	Буква Р. Ракета.	1	1	2	Беседа, опрос
2.19	Буква С. Сова.	1	1	2	Беседа, опрос
2.20	Буква Т. Тигр.	1	1	2	Беседа, опрос
	Промежуточная аттестация. Лепка на свободную тему.	0,5	0,5	1	Выставка работ
2.21	Буква У. Улитка.	1	1	2	Беседа, опрос
2.22	Буква Ф. Фламинго.	1	1	2	Беседа, опрос
2.23	Буква Х. Хамелеон.	1	1	2	Беседа, опрос
2.24	Буква Ц. Цветы.	1	1	2	Беседа, опрос
2.25	Буква Ч. Черепаха.	1	1	2	Беседа, опрос
2.26	Буква Ш. Шар воздушный.	1	1	2	Беседа, опрос
2.27	Буква Щ. Щука.	1	1	2	Беседа, опрос
2.28	Буквы Ъ, Ы, Ь.	1	1	2	Беседа, опрос
2.29	Буква Э. Эклеры.	1	1	2	Беседа, опрос
2.30	Буква Ю. Юла.	1	1	2	Беседа, опрос
2.31	Буква Я. Яблоко.	1	1	2	Беседа, опрос
2.32	Коллективная работа «Алфавит»	1	5	6	Беседа, опрос
	Итоговая аттестация. Лепка на свободную тему.	0,5	1,5	2	Выставка работ
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>40</b>	<b>76</b>	

## Содержание программы

### 1. Вводный блок

1.1 Рабочее место и инструменты. Техника безопасности при работе с соленым тестом.

1.2 История возникновения соленого теста. Как приготовить соленое тесто.

1.3 Как лепить из соленого теста. Примеры работ. Сушка и раскраска работ.

### 2. Азбука соленого теста.

Дети изучают буквы русского алфавита путем лепки предметов и животных.

2.1 Буква А. Арбуз. Какой он? Изучаем ягоды, фрукты, овощи.

2.2 Буква Б. Бабочка. Где она живет? Виды бабочек. Формы, цвета крыльев.

2.3 Буква В. Виноград. Какой он? Изучаем ягоды, фрукты, овощи.

2.4 Буква Г. Гриб. Какой он? Изучаем ягоды, фрукты, овощи.

2.5 Буква Д. Дерево. Высокое или низкое? Листва в разное время года.

2.6 Буква Е. Енот. Животные. Виды диких животных.

2.7 Буква Ё. Ёж. Животные. Виды диких животных.

2.8 Буква Ж. Жук. Насекомые. Виды насекомых.

2.9 Буква З. Заяц. Животные. Виды диких животных.

2.10 Буква И. Избушка. Сказочная избушка.

Промежуточная аттестация. Лепка на свободную тему.

2.11 Буква Й. Йогурт. Что у нас сегодня на ужин? Полезное питание.

2.12 Буква К. Кот. Животные. Виды домашних животных.

2.13 Буква Л. Лебедь. Животные. Виды диких животных.

2.14 Буква М. Мишка. Животные. Виды диких животных.

2.15 Буква Н. Неваляшка. Моя любимая игрушка.

2.16 Буква О. Овечка. Животные. Виды домашних животных.

2.17 Буква П. Птица. Животные. Виды диких животных.

2.18 Буква Р. Ракета. Первый полет в космос.

2.19 Буква С. Сова. Животные. Виды диких животных. Символ города Киржач.

2.20 Буква Т. Тигр. Животные. Виды диких животных.

Промежуточная аттестация. Лепка на свободную тему.

2.21 Буква У. Улитка. Кто носит домик на себе?

2.22 Буква Ф. Фламинго. Животные. Виды диких животных.

2.23 Буква Х. Хамелеон. Животные. Виды диких животных.

2.24 Буква Ц. Цветы. Растения. Ваза с полевыми цветами.

2.25 Буква Ч. Черепаха. Животные. Виды диких животных.

2.26 Буква Ш. Шар воздушный. Что такое праздник?

2.27 Буква Щ. Щука. Рыбы пресных водоемов.

2.28 Буквы Ъ, Ы, Ь. Обобщение пройденного материала.

2.29 Буква Э. Эклеры. Еда. Виды и разнообразие.

2.30 Буква Ю. Юла. Моя любимая игрушка.

## 2.31 Буква Я. Яблоко. Еда. Виды и разнообразие.

Итоговая аттестация. Лепка на свободную тему.

Техника лепки доступна детям любого возраста во всем богатстве и разнообразии способов и приёмов. Классификация способов достаточно условна, возможны переходы одного способа в другой и дополнение основного способа одним или несколькими другими при изготовлении одной работы.

В процессе обучения дети постепенно осваивают следующие техники лепки:

**Конструктивный способ.** Образ создаётся из отдельных частей, как из деталей конструктора. Все детали лепятся отдельно (туловище, голова, лапы) и соединяются вместе.

**Скульптурный (или пластический) способ.** Образ моделируется из целого куска (без деления на части) с помощью разнообразных движений: оттягивание, загибание, скручивание, придавливание, прищипывание, отрезание или процарапывание стекой (ножичком).

**Комбинированный способ.** Сочетание конструктивного и скульптурного способов. Как правило, самые крупные детали выполняются скульптурным способом, а мелкие создаются отдельно и присоединяются к скульптурной форме.

**Лепка на форме.** В качестве основы служат готовые прочные формы - банки, пластиковые бутылки. Пластилин в этом случае дополняет и оформляет изделие. Таким способом хорошо лепить вазу, кашпо, карандашницу.

**Модульная лепка.** Образ создаётся из нескольких или многих одинаковых элементов - модулей (комочков, шариков, столбиков и пр.). Этот способ напоминает составление объемной мозаики или конструирование из отдельных деталей.

**Рельефная лепка** - это создание объёмного лепного изображения на плоскости.

По содержанию лепка бывает - предметная, сюжетная, декоративная.

В **предметной лепке** дети лепят отдельные конкретные изображения - фрукты, овощи, игрушки, фигуры людей и животных, бытовые предметы, транспорт, фантазийные существа. Изображение отдельных предметов для ребёнка является более простым, чем, например, в рисовании, т.к. он имеет дело с реальным объемом, и ему нет надобности, прибегать к условным средствам изображения. Дети быстрее овладевают изображением предметов конструктивной, нежели пластической формы. Исследования показывают, что в результате обучения детей можно подвести к правильному изображению человека и животного сначала конструктивным, а затем пластическим способом.

В **сюжетной лепке** дети передают сюжетные композиции, в которых отдельные образы связаны между собой: по смыслу (герои одной сказки), размещению в пространстве (объединяются в сюжет на общей основе), по пропорциям (одинакового или разного размера в соответствии с сюжетом), по динамике (герои держатся за руки, бегут, смотрят в одну сторону или друг на друга) и т.д. Сюжетная лепка требует большого объёма работы, времени, поэтому планируется не на один урок.

В **декоративной лепке** дети создают декоративные или декорированные изделия – вазы, панно, лепные орнаменты, изделия по мотивам мелкой декоративной пластики народных умельцев.

Лепка по мотивам народной пластики знакомит детей с уникальными образами и обогащает их рациональными способами лепки; подводит детей к ясному пониманию такой художественной особенности, как обобщённый образ. Декоративная лепка позволяет учить детей предварительно обдумывать тему, создавать заранее эскиз в виде рисунка, условно решать форму предмета, красивому декоративному заполнению пространства. Работа над лепным орнаментом учит ребенка работать кончиками пальцев, делает их более гибкими и чувствительными к форме.

Так же для отдыха детей и смены деятельности на занятиях предусмотрены игры-разминки, на таких переменах дети могут отвлечься от основной работы, размяться и отвлечься.

На каждом уроке проводятся игры-пятиминутки, физминутки, (Приложение №1)

## 1.4 Планируемые результаты

**Ожидаемые результаты программы:** к концу учебного года дети получат навыки и смогут:

### **Обучающие:**

- познакомятся с основными понятиями: скульптура, объем, пропорции, плоскость, декоративность, рельеф, композиция.
- научатся особенностям работы с пластическими материалами: пластилин и соленое тесто, навыкам работы с инструментами и приспособлениями.
- научатся восприятию предмета, анализировать его объем, пропорции, форму.
- научатся умению передавать массу, объем, пропорции, характерные особенности предметов.
- смогут создавать работы с натуры и по памяти.

### **Развивающие:**

- смогут развить художественный вкус, фантазию, изобретательность.
- смогут развить чувство цвета, формы, зрительную память, воображение.
- смогут развить творческую активность и инициативу.
- смогут развить умение строить композицию, организуя смысловые и композиционные связи между изображаемыми предметами.

**Воспитательные:**

- сформируют устойчивый интерес к художественной деятельности.
- смогут развить чувство прекрасного, умение видеть красоту в окружающем мире.
- сформируют умение работать в коллективе.
- воспитают аккуратность;
- воспитают самостоятельность в работе.

**Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий****2.1 Календарный учебный график**

Период обучения	Продолжительность занятий	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов в год
1 год	30 минут	2	2	38	76

**2.2 Условия реализации программы**

Все условия для проведения занятий по программе созданы в соответствии утверждёнными Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Помещение для занятий предусматривается из расчёта не менее 2 м на одного человека. Уровень естественного и искусственного освещения в помещении соответствует гигиеническим требованиям к естественному, искусственному и совместному освещению жилых и общественных зданий и настоящим санитарным нормам. Температура воздуха в кабинете объединения соответствует параметрам СанПиН - 20-22 С и оснащено бытовым термометром.

**Материально-техническое обеспечение****Оборудование:**

- помещение для занятий, мебель, соответствующая санитарно - гигиеническим требованиям;
- доска магнитная;
- проектор;
- образцы готовых работ.

**Информационное обеспечение:** методическая литература, конспекты занятий, наличие учебно-методической и материальной базы (научно-методическая и научно-популярная литература, пособия, демонстрационный и раздаточный материал и т.п.), использование собственного презентативного материала, учебные фильмы, привлечение интернет ресурсов.

**Кадровое обеспечение:** занятия проводятся педагогом дополнительного образования первой категории.

## 2.3 Формы аттестации

По каждому блоку программы проводятся итоговые занятия с целью закрепления полученных знаний и умений. В конце года систематизируются все интересные находки по развитию творческого воображения в процессе художественной деятельности на занятиях для организации последующих коллективных выставок детских работ.

## 2.4 Оценочные материалы

**Система отслеживания результатов усвоения материала:**

- наблюдение
- беседа
- опрос
- организация и участие в выставках
- проведение конкурсов

Текущий контроль осуществляется по ходу занятия. После каждого урока дается оценка эффективности занятия, которая предполагает анализ творческой активности учеников, уровня освоения ими способов действия и операций, а также оценку эффективности занятия.

**Формой подведения итогов** являются выставки работ учащихся с привлечение родителей и работников центра внешкольной работы, участие в конкурсах поделок, использование поделок – сувениров в качестве подарков.

## 2.5 Методические материалы

**Методическое обеспечение программы:**

- планы учебных занятий
- наглядный раздаточный материал по темам учебного курса
- лекционный материал

Для занятий лепкой необходимо подготовить рабочие места для учителя и учеников, места хранения оборудования и незаконченных работ учеников. Все рабочие места оснащаются одними и теми же предметами. Ученики лепят на партах на рабочей доске.

**Основное оборудование:**

- рабочая одежда (фартук, нарукавники)
- материал (тесто)
- доска для лепки
- инструменты для работы (стеки разных размеров, различные приспособления)
- переплетный картон, гофрированный картон.

Дополнительное оборудование: заостренные спички или зубочистки, картонная коробка для хранения изделий, мягкая чистая тряпка, влажные салфетки, стаканчик для воды, природные материалы (камушки, ракушки),

различные декоративные элементы, кисти для увлажнения заготовок из соленого теста, резиновый валик, ножницы, клей ПВА, гуашь.

**Методы и приёмы обучения**, используемые в данной программе, можно условно разделить на *наглядные, словесные и практические*.

*Словесные* состоят из многочисленных приёмов: беседа, рассказ, инструкция, демонстрация, упражнения, объяснение, анализ и обсуждение, словесные комментарии педагога.

*Наглядные* включают в себя разнообразные приёмы:

- демонстрация образцов;
- использование технических средств;
- образный показ педагога;
- прием тактильно – мышечной активности;
- наглядно – слуховой прием;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков.

*Практический* метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом.

В процессе реализации программы используются разнообразные **формы занятий**:

- беседы, интеллектуальные игры, практическая работа;
- работа под руководством педагога; игра-общение;
- самостоятельная работа.

Занятия имеют теоретическую и практическую части.

## **2.6 Список литературы**

### **Литература для педагога:**

1. Горяева Н.А., Островская О.В. «Декоративно-прикладное искусство в жизни человека» М. «Просвещение», 2000 г.
2. Гипсон Р., ТайлерТ. «Делай и играй «Весёлые игры»». – М. «РОСМЕН», 1995.
3. Зимина Н.В. «Шедевры из солёного теста». – М. «Мир книги», 2009.
4. Михайлова И. «Лепим из солёного теста». – М. Издательство «Эксмо», 2004.
5. Рубцова Е.В. «Фантазии из солёного теста». – М. Издательство «Эксмо», 2008.
6. Бардина Р. А. «Изделия народных художественных промыслов и сувениры». - М., 1990.
7. Коньшева Н. М. «Лепка в начальных классах». - М. «Просвещение», 1985
8. Перевертень Г. И. «Самodelки из разных материалов». - М., 1985.
9. Попова О. С. «Русские художественные промыслы». - М. 1984

### **Литература для детей:**

1. Горичева В. С., Агибина М. И. «Сказку сделаем из глины, теста, снега, пластилина». Ярославль, «Академия и Ко», 1998 г.
2. Горичева В.С., Филиппова Т. В. «Мы наклеим на листок солнце, небо и цветок». Ярославль, «Академия и Ко», 2000 г.
3. Лебедева Е. Г. «Простые поделки из бумаги и пластилина» М., «Айрис – Пресс», 2012 г.
4. Изольда Кискальт «Соленое тесто» М. «АСТ-Пресс»
5. Романовская А.Л., Чезлов Е.М. «Поделки из соленого теста» - М., «АСТ-Пресс», 2008 г.
6. Катерина Дмитриева «Подарки: Техники. Приемы. Изделия» - М.: «АСТ-ПРЕСС», 1999 г.
7. Лыкова И., Грушина Л. «Пир на весь мир из соленого теста» - М.: Издательский дом «Карапуз», 2008 г.
8. Диброва А. «Поделки из соленого теста» - М.: Издательство: ООО "Книжный клуб семейного досуга", 2008 г.

#### **Интернет – ресурсы**

1. Лепим из соленого теста. Украшения. Сувениры  
<http://www.sprinter.ru/books/lepim-iz-solenogo-testa-ukrasheniya-suven...>
2. Лепка из солёного теста для детей: мастер – классы из журналов <http://ejka.ru/blog/plastilin/765.html>
3. Лепка из соленного теста  
<http://rudocs.exdat.com/docs/index-335967.html>
4. Магнитики на холодильник из соленого теста <http://www.darievna.ru/home/next/1057>
5. Поделки из теста для лепки  
<http://vmzkirov.ru/js/include/podelki-iz-testa-dlya-leпки>
6. Лепка: глина, пластика, соленое тесто  
<http://mastera-rukodeliya.ru/index.php?start=2100>
7. Рождественский декор из соленого теста. Идеи, мастер-классы. <http://idea-fx.blogspot.com/>

### Примеры игр-пятиминуток:

**Светофор** – учитель стоит с кругами по цветам светофора, дети – в кругу. Учитель произносит команды: «Пошли! Остановились! Приготовились!», поднимая соответствующие цвета светофора, дети выполняют команды. Кто ошибся – выходит из круга.

**Испорченный телефон** – дети в шеренге. Первый ребенок загадывает слово и быстро шепотом сообщает второму, тот третьему и так по цепочке. Последний участник должен это слово громко произнести вслух. Часто испорченные слова получаются достаточно смешными.

**Командир** — дети стоят перед ведущим, который раздает команды: прыгаем на левой ноге, садимся. Кто неверно сделал – выбывает.

**Путаница** – дети берутся за руки и запутываются, пролезая под руками и переступая друг через друга. Потом заходит ученик, который обязан распутать ребят, не размыкая им руки.

### Физминутки:

#### Физминутка «Теремок»

Стоит в поле теремок.

(Ладони обеих рук соединены под углом)

На двери висит замок.

(пальцы сжаты в замок)

Открывает его волк-

Дёрг-дёрг, дёрг-дёрг.

Руки, сжатые в замок, движутся вперёд - назад, влево - вправо)

Пришёл Петя-петушок

И ключом открыл замок.

(пальцы разжимаются и соединяются друг с другом, образуя «теремок»)

#### Физминутка «Маша растеряша»

Ищет вещи Маша,

(поворот в одну сторону)

Маша растеряша

(поворот в другую сторону, в исходное положение)

И на стуле нет,

(руки вперёд, в стороны)

И под стулом нет,

(присесть, развести руки в стороны)  
На кровати нет,  
(руки опустили)  
Под кроватью нет.  
Вот такая Маша,  
(наклоны головы влево-вправо, «погрозить» указательным пальцем)  
Маша растеряша!

### **Физминутка «Зайка»**

Зайке холодно сидеть,  
Нужно лапочки согреть.  
Лапки вверх, лапки вниз.  
На носочках подтянись,  
Лапки ставим на бочок,  
На носочках скок-скок-скок.  
А затем вприсядку,  
Чтоб не мёрзли лапки.  
Прыгать зайчика горазд,  
Он подпрыгнул десять раз.  
(Движения выполняются по ходу текста стихотворения)

### **Физминутка «Буратино»**

Буратино - потянулся,  
Раз - нагнулся,  
Два – нагнулся,  
Руки в стороны развёл,  
Ключик, видно, не нашёл.  
Чтобы ключик нам достать,  
Надо на носочки встать.

### **Физминутка «Лебеди»**

Лебеди летят,  
Крыльями машут.  
(плавные движения руками с большой амплитудой)  
Прогнулись над водой,  
Качают головой.  
(наклоны вперед, прогнувшись)  
Прямо и гордо умеют держаться,  
Тихо-тихо на воду садятся  
(приседания)

### **Физминутка «Кузнечики»**

Поднимайте плечики,  
(энергичные движения плечами)  
Прыгайте, кузнечики,

Прыг-скок, прыг- скок.  
Стоп! Сели,  
Травушку покушали,  
Тишину послушали.  
(приседания)  
Выше, выше, высоко  
Прыгай на носках легко.  
(прыжки на месте).