**Комплекс ОРУ «Дикие животные»**

1) **«Пчёлы жужжат»**

И.п. – ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

1- руки через стороны вверх, подняться на носки, вдох.

2- вернуться в И.п., на выдохе произнести звук «з-з-з»

2) **Хозяин лесной просыпается весной. А зимой под вьюжный вой, спит в землянке снеговой (Медведь).**

**«Медведь отбивается от пчёл»**

И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1- наклон вперёд с поворотом к правой ноге, хлопок между ног;

2- вернуться в И.п.; 3- наклон вперёд с поворотом к левой ноге, хлопок между ног;  4- вернуться в И.п.

3)**Посмотри, какая – вся горит, как золотая. Ходит в шубке дорогой, хвост пушистый и большой (Лиса)**

**«Лисичка танцует»**

И.п. – основная стойка, руки на поясе. 1- выставить правую ногу на носок,

2- выставить ногу в сторону на носок, 3- выставить ногу назад на носок, 4- вернуться в И.п. Повторить упражнение 3-4 раза каждой ногой.

4) **Не барашек и не кот, носит шубку круглый год. Шуба серая для лета, для зимы другого цвета (Заяц)**

**«Зайчик делает зарядку»**

И.п. – основная стойка. 1- правую руку и правую ногу вперёд; 2-И.п.;

3 – левую ногу и левую руку вперёд; 4- И.п.

5) **«Зайки скачут на полянке»**Прыжки на двух ногах: 4 прыжка вперёд, 4 прыжка назад. Повторить 3-4 раза.