Приложение 2

**Музыкально-ритмическое упражнение «Стирка»**

Направлено на развитие координации движений рук, мелкой моторики, ритмического слуха,

выразительности движений.

**Музыкальное сопровождение*:***песня «Стирка» из м/ф «Маша и Медведь».

**1 фигура**

Дети выходят парами: расходятся по залу к стоящим на полу тазикам.

**2 фигура**

«Намыливают белье» - Вытянуть вперед сначала одну руку, затем другую. Свободную руку сжимать в кулаке. Выполнять движения вдоль руки вверх – вниз.

**3 фигура**

«Стирают на доске».

Наклонившись вперед, пружинно выпрямлять и сгибать руки в локтях.

 Кисти сжаты в кулаки.

**4** **фигура**

 «Поласкают белье» — наклонившись вперед, размахивать руками вправо-влево.

**5 фигура**

«Отжимают белье» — руки перед собой, согнуты в локтях, одновременно поворачивать кисти рук – на себя и от себя.

**6 фигура**

«Встряхивают белье» — справа налево одновременное движение рук сверху вниз.

**7 фигура**

«Развешивают белье с помощью прищепок». Руки над головой, «прищипывают белье» пальцами слева направо.

**8 фигура**

 «Складывают белье в стопочки» — хлопки в ладоши, держа руки вытянутыми вперед, параллельно полу.

**9 фигура**

 «Гладят белье утюгом». Левая рука изображает доску, а правая — держит утюг и гладит.

Затем руки поменять (левой рукой гладить).

**10 фигура**

«Раскладывают вещи на полочки шкафа». Одновременное движение рук от себя вперед на уровне головы, груди и пояса.

**Заключение** - девочки уходят, мальчики поднимают тазики и отдают их ведущему.