

<p><b>Комета</b></p> <p>В космосе сквозь толщу лет <i>(сжимают и разжимают пальцы рук)</i></p> <p>Ледяной летит объект <i>(поднимают сжатые кулаки, наклоны вправо-влево)</i></p> <p>Хвост его-полоска света <i>(к кулаку присоединяют раскрытые пальцы второй руки-«хвост»)</i></p> <p>А зовут объект комета <i>(сжимают и разжимают пальцы рук)</i></p>	<p><b>Космонавт</b></p> <p>В звёздном небе звёзды светят <i>(пальчики сжимаем и разжимаем)</i></p> <p>Космонавт летит в ракете <i>(ладони сомкнуты над головой)</i></p> <p>День летит, ночь летит И на землю вниз глядит <i>(изображаем иллюминатор)</i></p> <p>Видит сверху он, поля, горы, реки и моря, <i>(загибаем пальцы)</i></p> <p>Видит он весь шар земной,</p> <p>Шар земной – наш дом родной <i>(крыша над головой)</i></p>
<p><b>Полет</b></p> <p>А сейчас мы с вами, дети, <i>(маршировать)</i></p> <p>Улетаем на ракете <i>(потянувшись, подняв руки над головой)</i></p> <p>На носки поднимись, <i>(подняться на носки, руки сомкнуть над головой)</i></p> <p>А теперь руки вниз <i>(опустить руки вниз)</i></p> <p>Раз, два, три, потянишься <i>(потянувшись)</i></p> <p>Вот летит ракета ввысь <i>(кружиться на месте)</i></p>	<p><b>Космос</b></p> <p>Один, два, три, четыре, пять <i>(ходьба на месте)</i></p> <p>В космос мы летим опять <i>(соединить руки над головой)</i></p> <p>Отрываюсь от земли <i>(подпрыгнуть)</i></p> <p>Долетаю до луны <i>(руки в стороны, покружиться)</i></p> <p>На орбите повисим <i>(покачать руками вперед-назад)</i></p> <p>И опять домой спешим <i>(ходьба на месте)</i></p>

<p><b>Космический отряд</b></p> <p>Раз, два, три, четыре, пять <i>(по одному загибают пальчики на обеих руках)</i></p> <p>В космос полетел отряд <i>(соединяют ладошки вместе, поднимают руки вверх)</i></p> <p>Командир в бинокль глядит, <i>(пальцы обеих рук соединяются с большими, образуя «бинокль»)</i></p> <p>Что он видит впереди?</p> <p>Солнце, звезды, планеты, спутники, кометы. <i>(Загибают пальчики обеих рук)</i></p>	<p><b>На космодром</b></p> <p>Дружно в ногу мы идем,</p> <p>Мы идем на космодром</p> <p>Мы походим на носках, а потом на пятках</p> <p>Вот проверили осанку, и свели лопатки</p> <p>Ждет нас быстрая ракета, для полетов на планеты.</p>
<p><b>Космонавт</b></p> <p>Не зевай по сторонам, Ты сегодня – космонавт <i>(повороты в стороны с пружинкой)</i></p> <p>Начинаем тренировку <i>(наклоны в сторону)</i></p> <p>Чтобы сильным стать и ловким. Ждет нас быстрая ракета <i>(приседают)</i></p> <p>Для полета на планету Отправляемся на Марс <i>(кружатся)</i></p> <p>Звезды в гости ждите нас. Крыльев нет у этой птицы, Но нельзя не подивиться: Лишь распустит птица хвост <i>(руки через стороны - вверх)</i></p> <p>И поднимется до звезд <i>(тянемся вверх)</i></p>	<p><b>Скафандр космонавта</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- На голове у космонавтов шлем <i>(наклоны и повороты головы)</i></li> <li>- Комбинезон должен быть удобным и не сковывать движения <i>(повороты и наклоны корпуса)</i></li> <li>- Руки защищены перчатками <i>(вращение кистями рук, сжатие и разжатие кистей)</i></li> <li>- Сапоги космонавта на очень плотной подошве <i>(ходьба на месте, прыжки)</i></li> <li>- На спине за плечами ранец с важными устройствами и баллонами с воздухом <i>(поднятие и опускание плеч, вдох-выдох)</i></li> </ul>

<p><b>Космонавт</b></p> <p>Я хочу стать космонавтом, <i>(поднять руки вверх)</i></p> <p>Надеваю я скафандр, <i>(присесть и постепенно вставать)</i></p> <p>Полечу я на ракете <i>(соединить руки над головой)</i></p> <p>И открою все планеты! <i>(обвести руками большой круг)</i></p>	<p><b>Полет на Марс</b></p> <p>Долетели мы до Марса, Примарсились, отдохнём!</p> <p>Физзарядочку начнём. Ой, нас что – то укачало!</p> <p>Закачало, понесло: То направо, то налево</p> <p>То назад, а то вперёд! Закружило, завертело</p> <p>И на место принесло!</p>
<p><b>Отправляемся в полет</b></p> <p>5, 4, 3, 2, 1 – вот и в космос мы летим <i>(на каждую цифру хлопки, после соединить руки углом над головой)</i></p> <p>Мчит ракета быстро к звездочкам лучистым <i>(бег по кругу)</i></p> <p>Вокруг звезды мы облетели, выйти в космос захотели <i>(бег в рассыпную)</i></p> <p>В невесомости летим, в иллюминаторы глядим <i>(руки над бровями)</i></p> <p>Только дружных звездолет, может взять с собой в полет! <i>(встать в круг)</i></p>	<p><b>Космодром</b></p> <p>Всё готово для полёта, <i>(поднять руки вперёд, затем вверх)</i></p> <p>Ждут ракеты всех ребят. <i>(соединить пальцы над головой, изображая ракету)</i></p> <p>Мало времени для взлёта, <i>(маршируем на месте)</i></p> <p>Космонавты встали в ряд. <i>(встать прыжком – ноги врозь, руки на пояс)</i></p> <p>Поклонились вправо, <i>(влево, наклоны в стороны)</i></p> <p>Отдадим земной поклон. <i>(наклоны вперёд)</i></p> <p>Вот ракета полетела. <i>(прыжки на двух ногах)</i></p> <p>Опустел наш космодром. <i>(присесть на корточки, затем подняться)</i></p>

<p><b>Созвездия</b></p> <p>Над Землёю ночью поздней, (Руки вверх, в стороны, вниз)</p> <p>Только руку протяни, (потянулись, руки вверх)</p> <p>Ты ухватишься за звёзды: (сжать пальцы в кулаки)</p> <p>Рядом кажутся они. (Руки перед глазами)</p> <p>Можно взять перо Павлина, (ноги вместе, руки вверх, покачаться)</p> <p>Тронуть стрелки на Часах, (наклон вниз, руки машут тик-так)</p> <p>Покататься на Дельфине, (присесть, руки вперед)</p> <p>Покачаться на Весах. (Ноги на ширине плеч, руки в стороны покачаться)</p> <p>Над Землёю ночью поздней, (руки вниз, поднять голову вверх)</p> <p>Если бросить в небо взгляд, (потянулись вверх, руки вверх)</p> <p>Ты увидишь, словно грозья, Там созвездия висят. (Руками берем созвездия)</p>	<p><b>Космос и мы</b></p> <p>Мы ладони вместе сложим, чтобы ракета получилась.</p> <p>На ракету дуй сильнее, чтобы в путь она пустилась.</p> <p>Вот летит ракета влево – ярко звезды там сияют,</p> <p>Глазки тоже не ленятся – в путь ракету провожают.</p> <p>Впереди по курсу месяц, отправляемся туда.</p> <p>За ракетой следом глазки, нам не трудно, ерунда.</p> <p>Справа видим мы ракету, в ней друзья наши летят.</p> <p>Мы летим за ними следом. И обратно, в детский сад</p> <p>Космонавты, выходите, руки, ноги разомните.</p> <p>Раз – поднялись, потянулись, два – нагнулись, разогнулись.</p> <p>Над макушкой три хлопка, а потом и два прыжка.</p> <p>Вдох и выдох, вдох и выдох – подышали глубоко,</p> <p>Сели тихо и легко.</p>
<p><b>Солнце</b></p> <p>Мы цепочкой друг за другом, Взявшись за руки идем. Повернувшись внутрь круга, Медленно кольцо замкнем. Вот колечко, то есть круг, Наши руки, приподнявшись, Лучиками стали вдруг. Мы сомкнулись, повернулись Раз! И солнцем обернулись. Чтоб нас лучше разглядели, Раз – присели, два – присели. Вдаль сейчас ракета мчится, Прямо к звездной тишине. И звездою обратившись, Ярко светит в темноте.</p>	<p><b>Космическая мечта</b></p> <p>Чтобы в космос полететь, надо многое уметь. Быть здоровым не лениться, в школе хорошо учиться. И зарядку каждый день будем делать – нам не лень! Влево, вправо повернуться и опять назад вернуться, Приседать, поскакать и бежать, бежать, бежать. А потом все тише, тише походить – и сесть опять</p>