Хома, хома, хомячок (хлопаем в ладоши)  
Хома  - рыженький бочок (правой рукой поглаживаем левый бок, затем левой рукой поглаживаем правый)  
Хома рано встает (потягиваемся, ручки вверх)  
Щечки моет,(трем щечки кулачками)  
Шейку трет (трем шею кулачками)  
Подметает хома хатку(делаем движения руками как будто подметаем пол)  
И выходит на зарядку (идем на месте, маршируя)  
Раз! (руки в стороны)  
Два! (руки в исходное положение, к груди)  
Три! (ручки в стороны)  
Четыре! (ручки в исходное положение)  
Пять! (ручки в стороны)  
Хома сильным хочет стать  (ручки согнуты к плечам, кулачки сжаты, мускулы рук напрягаем, как у силачей)

* Сороконожке поднять все правые лапки!
* Сороконожке поднять все левые лапки!
* Сороконожке побегать по кругу!
* Сороконожке попятиться назад!
* Сороконожка двигается гусиным шагом!
* Сороконожка передвигается прыжками!
* Сороконожка садится и резко подпрыгивает вверх!
* Сороконожка ловит свой хвост!
* Сороконожка левой передней лапкой чешет правую заднюю лапку!
* Сороконожка прыгает на правых ножках!
* **Правила игры Коленки**
* Игроки садятся в одну линию и все, кроме крайних игроков, кладут свои руки на колени соседей справа и слева. Таким образом, все руки перекрещиваются. Далее, игрокам нужно хлопать руками по коленям по порядку. И, поскольку все руки перемешаны, угадать свою очередь довольно сложно.
* Игрок, который хлопнул не в свою очередь или замешкался, штрафуется: он убирает «ошибившуюся» руку за спину. Таким образом, у его соседа изменяются условия и игра немного усложняется. Кроме того, для усложнения игры участники всё время ускоряют темп.
* Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок. Он и объявляется победителем. И всё начинается с начала.

«Мыши водят хоровод,На печи дремлет кот.Тише мыши, не шумите,Кота Ваську не будите,Вот проснется Васька кот -Разобьет наш хоровод!»

Арам-шум-шум,Арам-шум-шум,Арамия Гусия,Покажи-ка на МЕНЯ!

Другой вариант, немного отличающийся словами:

Арам-шим-шим,Арам-шим-шим,Арамия Зульфия,Покажи-ка на МЕНЯ!

## Правила игры Колпак мой деревянный

Вначале выбирается **ведущий**. Лучше всего, если эту роль возьмет на себя [**взрослый**](https://bosichkom.com/%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B/%D1%81%D0%BE-%D0%B2%D0%B7%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%8B%D0%BC%D0%B8). Сначала ведущий озвучивает правила: все смотрят на него и хором повторяют вместе с ним простой стишок:

«Колпак мой деревянный,Деревянный мой колпак.А если не деревянный,То это не мой колпак!»

Теперь ведущий предлагает заменить слово «мой» жестом: дотронуться до своей груди. Теперь стишок будет «выглядеть» так:

«Колпак (дотронулись до груди) деревянный,Деревянный (дотронулись до груди) колпак.А если не деревянный,То это не (дотронулись до груди) колпак!»

После этого ведущий предлагает заменить слово «колпак» жестом: дотронуться себе до лба. Теперь стишок будет «выглядеть» так:

«(дотронулись до лба) (дотронулись до груди) деревянный,Деревянный (дотронулись до груди) (дотронулись до лба)А если не деревянный,То это не (дотронулись до груди) (дотронулись до лба)!»

После можно заменить слово «не» мотанием головой, а на следующем этапе — вмести слова «деревянный» топнуть ногой. Для усложнения можно на каждом следующем этапе повышать темп произнесения стихотворения.

Игрокам нужно очень внимательно слушать ведущего и повторять за ним. А еще — следить за соседями, ведь кто ошибся — выбывает!