|  |
| --- |
|  ***Физминутки*** |
| ***1*** | ***«Листики осенние»*** | Мы листики осенние,На ветках мы сидим.Дунул ветер - полетели,Мы летели, мы летелиИ на землю тихо сели.Ветер снова набежалИ листочки все поднял.Закружились, полетелиИ на землю тихо сели |
| ***2*** | ***«Листопад»*** | Дружно по лесу гуляем И листочки собираем. Собирать их каждый рад - Просто чудный листопад!  |
| ***3*** | ***«Выпал беленький снежок»*** | Выпал беленький снежок -Собрались мы все в кружок:Мы потопаем, мы похлопаем.Будем весело плясать,Будем руки согревать.Мы потопаем, мы похлопаем,Чтоб нам было веселее, Будем прыгать мы скорее. |
| ***4*** | ***«Бабочка»*** | Бабочка летала, над цветком порхала Села, посидела и нектар поела. Два своих больших крыла опустила, подняла Полетела дальше, чтобы мир был краше.  |
| ***5*** | ***«Неваляшки»*** | Мы веселые милашки Чудо – куклы, неваляшки. Мы танцуем и поем: Очень весело живем! |
| ***6*** | ***«Зарядка»*** | Мы решили закаляться, раз – два – раз – два!И водою обливаться, раз – два – раз – два! А потом мы полотенцем, раз – два – раз – два! Не забудем растереться, раз – два – раз – два!  |
| ***7*** | ***«Зарядка»*** | Мы хлопаем руками: Хлоп…Мы топаем ногами: Топ…Машем мы руками,Киваем головой.Раз, два – выше голова Три, четыре – руки шире Пять, шесть – тихо сесть. |
| ***8*** | ***«Я мороза не боюсь»*** | Я мороза не боюсь,С ним я крепко подружусь.Подойдет ко мне мороз,Тронет руку, тронет нос.Значит, надо не зевать,Прыгать, бегать и играть. |
| ***9*** | ***«Снежинки»*** | Мы снежинки, мы пушинки,Покружиться мы не прочь.Мы снежинки - балеринки, Мы танцуем день и ночь.Встанем вместе все в кружок ─Получается снежок. |
| ***10*** | ***«Маленькие птички»*** | Маленькие птички,Птички-невелички,По лесу летают,Песни распевают. Буйный ветер налетел, Птичек унести хотел.Птички спрятались в дупло Там уютно и тепло. |
| ***11*** | ***«В лесной лужайке»*** | Мы к лесной лужайке вышли,Поднимая ноги выше,Через кустики и кочки,Через ветви и пенёчки.Кто высоко так шагал ─ Не споткнулся, не упал. |
| ***12*** | ***«Зарядка»*** | Раз, два, три, четыре, пять,Начинаем отдыхать! Спинку бодро разогнули,Ручки кверху потянули!Раз и два, присесть и встать,Чтобы отдохнуть опять.Раз и два вперед нагнуться,Раз и два назад прогнуться. Вот и стали мы сильней, Здоровей и веселей!  |
| ***13*** | ***«Игрушки»*** | Вот большая пирамидка И веселый мячик звонкий, Мягкий мишка косолапый - Все живут в большой коробке, Но когда ложусь я спать Начинают все играть!  |
| ***14*** | ***«Гриша шел-шел-шел»*** | Гриша шел-шел-шел,Белый гриб нашел.Раз - грибок,Два - грибок,Три - грибок,Положил их в кузовок. |
| ***15*** | ***«С добрым утром!»*** | С добрым утром, глазки! Вы проснулись? С добрым утром, ушки! Вы проснулись? С добрым утром, ручки! Вы проснулись? С добрым утром, ножки! Вы проснулись? С добрым утром, солнце! Я - проснулся!  |
| ***16*** | ***«Цветок»*** | Спал цветок и вдруг проснулся,Больше спать не захотел.Шевельнулся, потянулся,Взвился вверх и полетел.Солнце утром лишь проснется,Бабочка кружит и вьется. |
| ***17*** | ***«Медведь и пчёлы»*** | Медведь по лесу бродит, от дуба к дубу ходит. Находит в дуплах мёд и в рот к себе кладёт. Облизывает лапу сластёна косолапый, А пчёлы налетают, медведя прогоняют. А пчёлы жалят мишку: «Не ешь наш мёд, воришка». Бредёт лесной дорогой медведь к себе в берлогу. Ложится, засыпает и пчёлок вспоминает.  |