|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Физминутки*** | | |
| ***1*** | ***«Листики осенние»*** | Мы листики осенние,  На ветках мы сидим.  Дунул ветер - полетели,  Мы летели, мы летели  И на землю тихо сели.  Ветер снова набежал  И листочки все поднял.  Закружились, полетели  И 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. |