

# ФИЗМИНУТКА



Скок , да скок,  
Скок , да скок,  
Покатился Колобок,  
Круглый да румяный,  
Прямо на поляну.  
Раз - поднялся, потянулся,  
Два - согнулся, разогнулся,  
Три - в ладоши три хлопка,  
Головою три кивка,  
На четыре - руки шире,  
Пять - руками помахать,  
Шесть - за парту тихо сесть.

## Физминутка



Буратино потянулся,  
Руки в стороны развел,  
Раз – нагнулся, Два –  
нагнулся, Ключик, видно, не  
нашел.  
Чтобы ключик нам достать,  
Нужно на носочки встать.

А теперь мы сядем дружно,  
Нам еще работать нужно.





## Физминутка

К сказке в гости мы пришли,  
Сундучок с замком нашли.  
Справа заглянули,  
Слева заглянули,  
И присели, и привстали,  
И зайчонком поскакали.  
Ручки наши разомнем,  
И замочки отопрем!



## Физминутка

- Репку мы сажали,  
(наклоняются вперед)
- Репку поливали.  
(наклоняются в стороны)

- Вырастала репка  
(подтягиваются вверх,  
вытянув руки)

- Хороша и крепка!





## Физминутка. «Лиса»



Утром лисонька проснулась,  
Лапкой вправо потянулась,  
Лапкой влево потянулась,  
Солнцу нежно улыбнулась,  
В кулачок все пальцы сжала,  
Растирать все лапки стала –  
Лапки, ножки и бока.



Вот какая красота!  
А потом ладошкой  
Пошлепала немножко.  
Ну, красавица – лиса!  
До чего же хороша!



**ЗАЙЧИКАМ НЕ БУДЕТ СКУЧНО,  
СДЕЛАЕМ ЗАРЯДКУ ДРУЖНО?  
ВПРАВО, ВЛЕВО ПОВЕРНИСЬ,  
НАКЛОНИСЬ И ПОДНИМИСЬ.  
ЛАПКИ КВЕРХУ, ЛАПКИ В БОК  
И НА МЕСТЕ СКОК-СКОК - СКОК.  
А ТЕПЕРЬ БЕЖИМ ВПРИПРЫЖКУ,  
МОЛОДЦЫ, МОИ ЗАЙЧИШКИ!  
ЗАМЕДЛЯЙТЕ ДЕТКИ ШАГ,  
ШАГ НА МЕСТЕ, СТОЙ!  
ВОТ ТАК!**

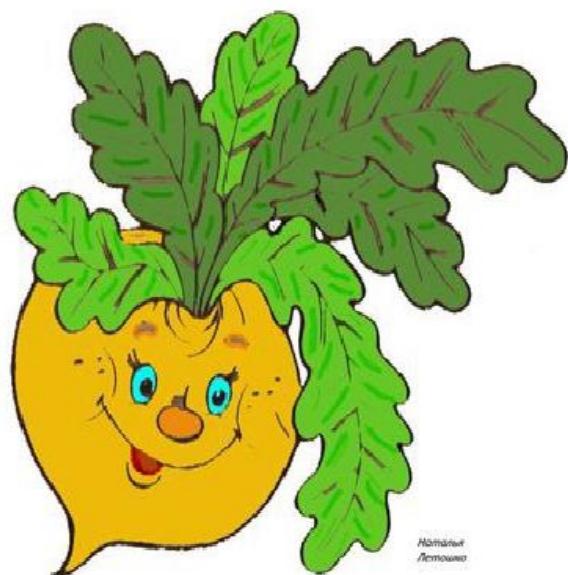


# Физминутка

- Раз – присядка, два – прыжок.
- Это заячья зарядка.
- А лисята как проснутся,  
Любят долго потянуться,  
Обязательно зевнуть.  
Ну и хвостиком вильнуть.  
А волчата спину выгнуть  
И легонечко подпрыгнуть.  
Ну, а мишка косолапый,  
Широко расставив лапы:  
То одну, то обе вместе,  
Долго топчется на месте!



# Физкультминутка



Землю мы капали,  
Репку мы сажали  
Репку поливали,  
Вырастала репка,  
Хороша и крепка!  
**Вытянуть не можем,**  
**Кто же нам поможет?**  
**Тянем - потянем, тянем -**  
**потянем! УФ-УФ!**  
**А она сочна , кругла больша**  
**Одним словом , Удалась**  
**Желтым солнышком**  
**зажглась**



# Кошка

Вот окошко распахнулось,  
(разводят руки в стороны)  
Кошка вышла на карниз.

(имитируют мягкую, грациозную походку кошки)

Посмотрела кошка вверх  
(смотрят вверх)

Посмотрела кошка вниз  
(смотрят вниз)

Вот налево повернулась  
(смотрят влево)

Проводила взглядом мух

(взглядом проводят «мухи» от левого плеча к правому)

Глаза вправо отвела,

Посмотрела на кота.

(смотрят вправо)

А потом взглянула прямо

(смотрят прямо)

И закрыла их руками

(закрывают глаза руками)

