

Физминутка

Просыпается цветок
Тянет к солнцу лепесток
И от ветра он качается
Низко, низко к земле наклоняется
А потом опять поднимается
И всем мило улыбается!



Физкультминутка

Спал цветок и вдруг проснулся
(туловище вправо, влево)
Больше спать не захотел
(Туловище вперед, назад)
Шевельнулся, потянулся
(Руки вверх, потянуться)
Взвился вверх и полетел
(Руки вверх вправо, влево)
Солнце утром лишь проснется
Бабочка кружит и вьется.
(Покружиться)



Физкультминутка. “Цветы”

- (Дети приседают, имитируя нераскрывшиеся бутоны цветов.)
- **- Раз, два, три – выросли цветы.**
- (Медленно приподнимаются, поднимают руки вверх и раскрывают ладони с растопыренными пальцами, имитируя лепестки цветов.)
- **К солнцу потянулись – высоко.**
- (Тянутся на носочках, смотрят вверх.)
- **Стало им приятно и тепло!**
- **Ветерок пролетал, стебелечки качал.**
- (Бегают на носочках по кругу, плавно машут руками.)
- **Влево качнулись, низко пригнулись,**
- (Наклоняются влево, наклоняются вперед.)
- **Вправо качнулись, низко пригнулись.**
- (Наклоняются вправо, наклоняются вперед.)
- **Ветерок, убегай, ты цветочки не сломай!**
- (Грозят пальцем правой, потом левой руки.)
- **Пусть они цветут, растут,**
- (Хлопают в ладоши.)

Физкультминутка

Вот так яблоко!

Оно соку сладкого полно.

Руки протяните, яблоко сорвите.

Стал ветер веточку качать,

И трудно яблоко достать.

Подпрыгну, руку протяну

И быстро яблоко сорву!

Вот так яблоко!

Оно соку сладкого полно.

