

Физкультминутки

Физкультминутка «По ровненькой дорожке».

По ровненькой дорожке, Дети идут шагом,
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки,
Раз-два, раз-два,
По камешкам, по камешкам, прыгают на двух ногах,
По камешкам, по камешкам...
В яму — бух! приседают на корточки

Физкультминутка «Клен».

Ветер тихо клен качает,
Влево, вправо наклоняет.
Раз — наклон
И два наклон.
Зашумел листвою клен. Руки подняты вверх, движения по тексту.

Физкультминутка «Три медведя».

Три медведя шли домой Дети шагают на месте вперевалочку
Папа был большой-большой. Поднять руки над головой, потянуть
вверх.
Мама с ним поменьше ростом, Руки на уровне груди. А сынок —
малютка просто. Присесть. Очень маленький он был, Присев,
качаться по-медвежьи. С погремушками ходил. Встать, руки перед
грудью сжаты в кулаки.
Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь. Дети имитируют игру с погремушками.

Физкультминутка «Вот летит большая птица»

Вот летит большая птица,
Плавно кружит над рекой. (Движения руками, имитирующие махи крыльями.)

Наконец, она садится
На корягу над водой. (Дети садятся на несколько секунд в глубокий присед.)

Физкультминутка «Зайчики».

Девочки и мальчики,
Представьте, что вы зайчики (детки делают «ушки» ручками над головой)
Раз, два, три, четыре, пять,
Начал зайныка скакать. (скачут на двух ногах)
Прыгал зайныка весь день,
Прыгать зайныке не лень.

Физкультминутка «Медведь и заяц».

У медведя дом большой, (развести руки в стороны)
А у зайца – маленький (руки свести вместе)
Наш медведь пошёл домой, (имитируют походку медведя)
А за ним и зайныка. (руки на поясе, прыжки).
Мы медведя провожаем и занятие продолжаем.