Физкультминутки.

**1**.Кошка лапки протянула(дети протягивают руки вперед)

Спинку мостиком прогнула( прогибают спинку, слегка наклоняясь вперед)

Поцарапала дощечку( шевелят пальцами рук)

И уселась на крылечко( слегка присядают, опираясь руками на колени)

Но веселый воробьишко

Пролетел над кошкой низко (имитируют полет воробья на месте)

Мурка прыгнула, упала (подпрыгивают на месте, присядают)

Воробьишку не достала (стоят прямо, разводят руки встороны).

**2**. Шли по узенькой дорожке

Наши маленькие ножки

Руки тоже помогали-

Все махали и махали. (Дети маршируют на месте, машут руками.)

Остановка. Сели. Встали.

Снова дружно зашагали. (Маршируют на месте, машут руками).

Хлынул ливень, грянул гром (топают ногами, хлопают руками).

Мы на цыпочках идем (идут на месте на цыпочках)

Отряхнули руки, ноги.

Не устали мы с дороги! (трясут поочередно руками и ногами, какбы стряхивая воду)

**3.**Смешные человечки

**З**Не могут посидеть

К веселой быстрой речке

Им хочется успеть (бегут на месте, мелко семеня, изображая маленьких человечков).

Бултых и все всплыли!

Лишь брызги над водой! (имитируют ныряние и разные стили плавания)

И вовсе не застыли

Под теплою волной

Бултых, нырнули дружно!

И вынырнули враз (имитируют ныряние)

Теперь обсохнуть нужно

На травке нам сейчас (« стряхивают с себя воду»)

Прыг- скок! В ушах водица!

Ушами потрясем (скачут то на одной, то на другой ноге, потряхивая головой)

Болеть нам не годится!

Пошли скорее в дом! (маршируют на месте).

**4**. Качает травку ветерок (дети покачиваются из стороны в сторону)

Дрожат, дрожат травинки! (быстро машут поднятыми кистями рук над головой)

От гибких рук д тонких ног

Прогнулись наши спинки (прогибают спинку)

Нас крутит ветер заводной (кружатся на месте)

Болтает влево-вправо (покачиваются влево-вправо)

Но вот он стих порой ночной

И мы сидим устало (приседают).

А утром солнышко взошло, все радостно проснулись (встают, потягиваются и улыбаются)

Ведь новый день улыбку шлет,

Мы к солнцу потянулись! (поднимают руки вперед и вверх)

**5.**Мы - веселые ребята,

Мы - пушистые котята (прыгают на месте легкими поскоками)

Утром просыпаемся, сразу умываемся (имитируют умывание котят)

Оглянулись: тут ли хвост? (кружатся на месте)

Хорошо. На месте.

Потянулись в полный рост (потягиваются)

И запели песню.

Мяу-мя, мяу - мя

Мы растем день ото дня! (запевают протяжно, дирижируют руками)

Лапки наши с коготками (шевелят пальцами-коготками).

Наши мордочки с усами (показывают « усы»)

Мы попили молока(« пьют» молоко как из кружки)

Вытерли ладошки (потирают ладошки)

Все, спасибо, мамочка!

Ой, да мы же кошки! (приседают слегка, хватаясь за голову-вспоминают, что они котята).

**6.** Давайте разомнемся, физкульт-ура! (маршируют)

Потянемся, прогнемся,

Попрыгать нам пора! (выполняют движения по тексту)

Не будет в мышцах лени

Нам с ней не по пути (сгибают и разгибают руки)

Прижми к груди колени,

Руками обхвати! (поочередно поднимают колени, обхватывая их руками).

Наклоны влево-вправо

И два шага вперед,

Стоим на месте прямо

И быстрый поворот (движения по тексту)

Назад два шага снова

Вернулись на места (движения по тексту)

Так будем все здоровы

Хотя бы лет до ста! (маршируют).