**Физкультминутки**

**Бабочка**

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.)

**Головой качает слон**

Раз, два, три — вперёд наклон,

 Раз, два, три — теперь назад. (Наклоны вперёд, назад.)

 Головой качает слон —

 Он зарядку делать рад. (Подбородок к груди, затем голову запрокинуть назад.)

 Хоть зарядка коротка,

 Отдохнули мы слегка. (Ребёнок садится.)

**Буратино потянулся**

 Буратино потянулся,

 Раз - нагнулся,

 Два - нагнулся,

 Три — нагнулся.

Руки в сторону развел,

 Ключик, видно, не нашел.

 Чтобы ключик нам достать,

 Нужно на носочки встать.

**Гномик**

Гномик по лесу гулял, (Ходьба на месте.)

 Колпачок свой потерял. (Наклоны вперед — «ищем пропажу».)

 Колпачок был непростым

 Со звоночком золотым. (Хлопки в ладоши.)

 Гному кто точней подскажет, (Прыжки на месте.)

 Где искать ему пропажу?

**Мы старались рисовать**

 Мы старались рисовать.

 Трудно было не устать.

 Мы немножко отдохнем,

 Рисовать опять начнем. (Кисти рук погладили, встряхнули, размяли.)

**Я иду и ты идешь**

 Я иду и ты идешь — раз, два, три. (Шагаем на месте.)

 Я пою и ты поешь — раз, два, три. (Хлопаем в ладоши.)

 Мы идем и мы поем — раз, два, три. (Прыжки на месте.)

 Очень дружно мы живем — раз, два, три. (Шагаем на месте.)

**Подготовила**: педагог-психолог Гергокова Елена Владимировна