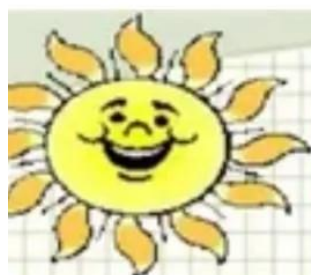


Физкультминутки





ФИЗКУЛЬТМИНУТКА

Дети по лесу гуляли,
За природой наблюдали!
Вверх на солнце
посмотрели,
И их лучики согрели.
Бабочки летали,
Крылышками махали.
Дружно хлопнем: раз, два,
три, четыре, пять,
Нам пора букет собрать.
Раз присели, два присели,
В руках ландыши запели.



ФИЗКУЛЬМИНУТКА

Как живешь?
Вот так!
Как идешь?
Вот так!
Как бежишь?
Вот так!
Ночью спишь?
Вот так!
Как берёшь?
Вот так!
Как даёшь?
Вот так!
Как танцуешь?
Вот так!



У МЕДВЕДЯ

У медведя дом большой,
А у зайки маленький.
Наш медведь домой пошел.
Поскакал и зайчика.

РЫБКИ

Рыбки весело плескались
В чистой свеженькой воде.
То согнутся, разогнутся.
То зароются в песке.
Приседаем столько раз
Сколько рыбок здесь у нас.
Сколько чаек здесь у нас
Столько мы подпрыгнем раз.



МЕДВЕЖАТА

Медвежата в чаше жили.
Нежно, радостно дружили.
Вот так, вот так
Медвежата те дружили.
Мишки фрукты собирали.
Дружно яблоньку качали,
Вот так, вот так
Дружно яблоньку качали.
Вперевалочку ходили
И из речки воду пили.
Вот так, вот так
Эти мишки воду пили.
А потом они плясали,
К солнцу лапы поднимали.
Вот так, вот так
К солнцу лапы поднимали.



Физкультминутка

Из -за парт мы выйдем дружно
Но шуметь совсем не нужно,
Встали прямо, ноги вместе,
Поворот кругом, на месте.
Хлопнем пару раз в ладошки.
И потопаем немножко.
А теперь представим, детки,
Будто руки наши – ветки.
Покачаем ими дружно,
Словно ветер дует южный
Ветер стих. Вдохнули дружно
Нам урок продолжить нужно.
Подравнялись, тихо сели
И на доску посмотрели.





Физкультминутка

Мы писали и устали,
Все мы дружно тихо встали,
Ножками потопали: раз, два, три.
Ручками похлопали: раз, два, три.
Сели, встали, встали, сели
И друг друга не задели.
Мы немножко отдохнем и опять писать
начнем.
Ручки выше, шире плечи,
Раз, два, три, дыши ровней,
От зарядки станешь крепче,
Станешь крепче и сильней.

