

Физминутки – сказки...



Кот, лиса и петух.

Жили Котик
с Петушком

(пальцы растопырили)
(руками изобразили крылья)

У лесной опушки,
Но однажды Лисонька
(повертели «хвостиком»)
Подкралась к избушке.
(сделали руками крышу)

Утащила Петушка
За высоки горы,
(потянулись на носочках)

Утащила Петушка
В свою лисью нору.
(присели, спрятали голову)

Смелый котик в лес пошел
(ходьба на месте)

И нору Лисы нашёл.
(присели)

Умный Котик спас дружка
(погладили себя по голове)

Петю-Петю-Петушка.
(сделали руками гребешок)

Живут котик с Петушком
У лесной опушки
(руками сделали крышу)

И теперь уже Лиса
(повертели «хвостиком»)

Не ходит к их избушке.



(погрозили пальчиком)
На охоту вышел дед
Зимнею порою
(маршируем на месте)

Рукавицу потерял
Под большой сосною
(потянулись вверх)

Дома стал ее смотреть
(рукой делаем козырек,
приподнимаемся на носочках)

Не нашел на месте
(пожать плечами)

И отправился искать
В лес с собакой вместе.
(шаг на месте)

А в лесу в той рукавице
Звери стали дружно жить
(рукопожатье)
Мышь *(руки перед собой на носочках)*
С лягушкой *(присели)*
И лисицей *(повертели «хвостиком»)*
Заяц *(прыжки на месте)*
Волк *(руками показали пасть)*
Кабан *(руками кольцо)*
Медведь *(показать).*

В лес собачка прибежала
Всех зверей перепугала
(бег на месте)

Рукавицу подняла
Деду в руки отдала.
(показываем руки)



Репка.



В огороде дедка - репку посадил.
(присели)

И водой из лейки
Репку он полил.
(тихонько поднимаемся)

Расти, расти, репка,
И сладка, и крепка.
(тянемся вверх на носочках)

Выросла репка
Всем на удивленье
(подняли плечики)

Большая – пребольшая,
Всем хватит угощенья.
(руки в стороны)

Выросла репка
И сладка, и крепка.
(тянемся вверх на носочках)

Выросла репка
И сладка, и крепка.
(тянемся вверх на носочках)

Теремок.

В чистом поле теремок
Был ни низок, не высок.
*(присели,
встали - руки вытянуты)*

Звери разные там жили,
Жили дружно, не тужили.
(поклон)

Там и мышка
(руки перед собой на носочках)
И лягушка *(присели)*
Зайчик *(прыжки)*

С лисонькой – подружкой
(повертели «хвостиком»)

Серый волк – зубами щелк
(показали руками «пасть»)

В дружбе знали они толк.
(поклон)

Но набрел на теремок
Мишка косолапый
(изобразить мишку)

Раздавил он теремок
Своей огромной лапой.
(кулачок об кулачок)

Звери очень испугались,
Поскорее разбежались
(бег на месте)
А потом собрались снова
Чтоб построить терем новый.
(сели на стульчики)





В лубяной избушке
Жил заяц на опушке.
(прыжки)

А в ледяной избушке-
Лисица на горушке.
(повертели «хвостиком»)

Растаяла весной
Избушка на горушке
(показать руками крышу)

Лисица побежала
К зайцу на опушку.
(бег с повиливанием «хвостом»)

Выгнала зайчишку
Из лубяной избушки
(кулачок об кулачок)

Да сама жить стала
В избушке на опушке
(хлопки в ладоши)

И ни волк *(руками показали «пасть»)*
И ни медведь *(показать)*.

Не смогли помочь.
Петушок отважный
Прогнал лису прочь
(топать ногами)
Так остался петушок
У заюшки в избушке.
(прыжки)

В лубяной избушке,
Избушке на опушке.
(показать руками крышу)

Три медведя шли домой.

Папа мишка был большой,
Мама чуть поменьше ростом,
А сынок малютка просто.
Самый маленький он был
С погремушками ходил.
Дзинь - дзинь, дзинь - дзинь.



«Гномик вышел погулять»

Раз, два, три, четыре, пять,
Гномик вышел погулять.
Натянул свой колпачок,
Закрыв дверьцу на крючок.
По лесу весело шагал,
Громко песню напевал.
В берлоге от шума проснулся медведь,
Начал он очень грозно реветь.
Гномик от страха весь задрожал
И быстро домой к себе побежал.



Буратино

Буратино потянулся,

(Руки вверх, вдох — потянулись)

Раз - нагнулся,

Два - нагнулся,

Три - нагнулся.

(Наклон - раз, два, три)

Руки в сторону развел,

(Развели руки в стороны)

Ключик, видно, не нашел.

Чтобы ключик нам достать,

Нужно на носочки встать.

(Встали на носочки)



«Весёлые лягушата».

Дети выполняют движения в соответствии с текстом.

1. Мы зелёные лягушки,
Мы весёлые квакушки,
В озере живём,
Песёнку поём!
Ква – Ква - Ква!

2. Скачем, скачем высоко,
Прыгаем мы далеко,
Лягушки – квакушки –
Желтые брюшки!
Ква – Ква - Ква!

3. Песенка кончается –
Прогулка начинается!
С цветка на листок,
Потом на бережок!
Прыг, скок!

4. На камушке посидели,
по сторонам поглядели,
Прыгнули на грибок,
На шляпке червячок!
Привет, дружок!

5. Сквозь травинки
Видна тропинка,
Там давно лежит бревно,
Прыг на него!

6. Вдруг бревно очнулось,
Быстро повернулось:
Мишку разбудили –
Очень рассердили –
Убегайте, лягушки!

7. Допрыгали до пруда –
вот она, вода!
Пора отдыхать,
Сладко поспать!



“Дом на горе”

На горе мы видим дом
Много зелени кругом
Вот деревья,

(“крыша дома”)
(волнообразные
движения руками)

вот кусты

Вот душистые
цветы

(сделайте из
ладоней “бутон”)
(пальцем в воздухе
зигзагообразную
линию)

Окружает все забор
За забором –
чистый двор.

Мы ворота
открываем

(изобразите
открывающиеся
ворота)

К дому быстро
подбегаем

(пальцы
“побежали”)

В дверь стучимся:
тук-тук-тук.

(кулачком о
ладошку)

Кто-то к нам
идет на стук?

(приложите
ладонь к уху)
(вытяните руки
вперед, как будто
что-то несете)

В гости к другу
мы пришли

И гостинцы принесли.



«Медвежата»



Ходьба

Мы веселые ребята
Наше имя-медвежата.

Любим весело шагать,
Дружно песни напевать.
Любим лазать и метать,
Дружно весело плясать.

*Имитация
движений.*

*Пружинки
с поворотами*

Мишка шел, шел, шел,
Землянику он нашел.
Он присел, попыхтел,
Землянику всю он съел.

*Движения по
тексту*

Мишка шел, шел, шел,
К тихой речке он пришел.
Сделал полный поворот,
Через речку вброд пошел.

*Покружится.
Ходьба с
высоким
поднятием
колен.*

Мишка шел, шел, шел,
На лужайку он пришел.
Он попрыгал на лужайке
Быстро, ловко, словно заяка.

*Прыжки на
двух ногах.*

Мишка по лесу гулял
И немножечко устал.
Лапки вверх поднимай
И немножку отдохнай.

*Спокойная
ходьба*

