**Физминутка «Зимой»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Как интересно нам зимой! (показывают большим пальцем вверх)  
На санках едем мы гурьбой, (имитируют катание на санках)  
Потом в снежки мы поиграем, (имитируют лепку и бросание снежков)  
Все дружно лыжи одеваем, («одевают» лыжи, «берут» палки, «едут»)  
Потом все встали на коньки, (изображают катание на коньках)  
Зимой веселые деньки! (показывают большим пальцем вверх)  
Мой мячик весело скачет, (движения, имитирующие постукивания рукой по мячу)  
Моя машина едет без бензина, (имитация вращения руля)  
Мой братишка еще малышка, (показывают рукой его рост)  
Моя кошка поспит немножко, (наклон головы набок, руки под щеку)

**Физминутка «Замри»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Мы топаем ногами, (топают)  
Мы хлопаем руками, (хлопают)  
Качаем головой, (качают головой)  
Мы руки поднимаем, (руки вверх)  
Потом их опускаем, (руки вниз)  
Мы руки подаем (руки в «замок»)  
И бегаем кругом, (покружиться на месте)  
Раз, два, три, (три хлопка)  
Любая фигура замри! (изобразить любую фигуру)

**Физмннутка «Деревцо»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Ветер дует нам в лицо, (движения руками к себе)  
Закачалось деревцо, (покачивания поднятыми руками)  
Ветерок все тише-тише - (постепенное приседание)  
Деревцо все выше-выше, (встать, потянуться на носочках)  
Каждый день по утрам Делаем зарядку, Очень нравится нам Все делать по порядку: Весело шагать, весело играть, Руки поднимать, руки опускать. Приседать и вставать, Прыгать и скакать.

**Физминутка «Лебеди»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Лебеди летят, Крыльями машут, (плавные движения руками с большой амплитудой)  
Прогнулись над водой,  
Качают головой, (наклоны вперед, прогнувшись)  
Прямо и гордо умеют держаться,  
Тихо-тихо на воду садятся (приседания)  
Конь меня в дорогу ждет, (руки за спиной сцеплены в замок)  
Бьет копытом у ворот, (ритмичные поочередные поднимания согнутых в коленях ног)  
На ветру играет гривой  
Пышной, сказочно красивой, (покачивания головой, затем наклоны в стороны)  
Быстро на седло вскочу,  
Не поеду - полечу, (подскоки на месте)  
Цок - цок - цок,  
Цок - цок - цок, (руки полусогнуты в локтях перед собой)  
Там за дальнею рекой  
Помашу тебе рукой, (подскоки на месте)

**Физминутка «Кузнечики»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Поднимайте плечики, (энергичные движения плечами)  
Прыгайте, кузнечики, Прыг-скок, прыг-скок.  
Стоп! Сели, Травушку покушали,  
Тишину послушали, (приседания)  
Выше, выше, высоко Прыгай на носках легко, (прыжки на месте)  
Вот мотор включился, Пропеллер закрутился, Ж- (вращательные движения руками перед собой)  
К облакам поднялись, И шасси убрались, (поочередное поднимание колен)  
Вот лес - мы тут Приготовим парашют, (покачивания руками, разведенными в разные стороны)  
Толчок, прыжок, Летим, дружок, (прыжок вверх, руки в стороны)  
Парашюты все раскрылись, Дети мягко приземлились, (приседание, руки в стороны)

**Физминутка «Птицы»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Как головою между листвою Дятел деревья долбит. (движения головой вверх - вниз)  
Как на рыбалку и вперевалку Гусь за гусыней бежит. (бег на месте с разведением рук)  
Как удивились, остановились Гуси у самой реки,  
Воду попили, крылья раскрыли (наклон вперед, руки назад)  
И потихоньку пошли, (шаги на месте)

**Физминутка «Лошадки»**  
Произносится текст стихотворения и одновременно выполняются сопровождающие движения.  
Эй, лошадки, все за мной!  
Поспешим на водопой! (руки вперед, пружинистые движения ног)  
Вот река, широка и глубока,  
Не достанешь до дна. (плавное разведение рук в стороны, наклоны вперед)  
А водица вкусна! Пейте! Хороша водица! Постучим копытцем! (притоптывание ногой)  
Эй, лошадки, все за мной! (руки в стороны, плавные движения вверх - вниз)  
Поскакали домой, (прыжки на месте) Гоп-гоп-гоп!

**Бегут, бегут со двора**  
Бегут, бегут со двора *(Шагаем на месте)*  
Гулять, гулять в луга: *(Прыжки на месте)*  
Курка-гарабурка-каки-таки, *(Хлопаем в ладоши)*  
Утка-поплавутка-бряки-кряки, *(Топаем ногами)*  
Гусь-водомусь-гаги-ваги, *(Приседаем)*  
Индюк-хрипиндюк-шулты-булды, *(Хлопаем в ладоши)*  
Свинка-топ стоспинка-чахи-ряхи, *(Топаем ногами)*  
Коза-дерибоза-мехе-беке, *(Приседаем)*  
Баран-крутороган-чики-брыки, *(Хлопаем в ладоши)*  
Корова-комол а-тпруки-муки, *(Топаем ногами)*  
Конь-брыконь-иги-виги. *(Шагаем на месте)*

**Физкультминутка. Будем прыгать и скакать!**  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Будем прыгать и скакать! *(Прыжки на месте)*  
Наклонился правый бок. *(Наклоны туловища влево-вправо)*  
Раз, два, три.  
Наклонился левый бок.  
Раз, два, три.  
А сейчас поднимем ручки *(Руки вверх)*  
И дотянемся до тучки.  
Сядем на дорожку, *(Присели на пол)*  
Разомнем мы ножки.  
Согнем правую ножку, *(Сгибаем ноги в колене)*  
Раз, два, три!  
Согнем левую ножку,  
Раз, два, три.  
Ноги высоко подняли *(Подняли ноги вверх)*  
И немного подержали,  
Головою покачали *(Движения головой)*  
И все дружно вместе встали. *(Встали)*