«Сказочные физминутки»

**КОЛОБОК**

Колобок, колобок, тёплый и румяный. (наклоны вправо, влево)

Прыг да скок, прыг да скок, припустился наш дружок, (прыжки, бег на месте)

То направо повернул, то налево он свернул, (повороты направо и налево)

То с листочком закрутился, (поворот на 360 градусов)

то с бельчонком подружился. (приседание)

Покатился по дорожке, (бег по группе)

и попал ко мне в ладошки. (дети подбегают к воспитателю)

**ТЕРЕМОК**

Наш весёлый теремок: он не низок, не высок. (встать на носки, присесть)

В нём лягушка прыг да прыг, (прыжки)

Воробьишка чик – чирик, (махи руками)

петушок тянет носок, (ходьба на месте с выс. подн. колен)

и зайчишка скок да скок. (прыжки на месте)

Мушка крылышками машет, (бег на месте)

Мышка же с платочком пляшет. (дети пляшут)

Ёж закрыл дверной замок,

Сторожит он теремок (хлопки)

**ЦАРЕВНА НЕСМЕЯНА** (с использованием куклы)

Мы царевну Несмеяну будем целый день смешить,

Как снежинки, как пушинки (кружатся на месте)

Будем радостно кружить. (вправо, влево)

Будем пятиться как раки, не смотря на буераки. (шаги назад)

Спрячемся как крот в нору (присесть)

И появимся к утру. (высоко подпрыгнуть)

Несмеяна захохочет, с нами поиграть захочет.

Скажет нам: «А дошколята все - весёлые ребята» (ходьба по кругу).

**РЕПКА**

Репка выросла большая. Вот какая! Вот какая! (руки в стороны, вверх, вниз)

Дед и бабка тянут репку, но она засела крепко. (наклоны, приседания)

Внучка к ним бежит, бежит, репку вытащить спешит. (бег на месте)

Жучка хвостиком виляет, бабке с дедом помогает. (повороты направо, налево)

Кошка спинку выгибает, кошка когти выпускает. (прогнуться назад)

Помогает дёрнуть репку, но она засела крепко. (приседания)

С мышкой быстро и умело репку вытянули смело. (прыжки вверх на двух ногах)

**ШАРИК – ФОТОГРАФ**

Шарик на охоте снова, щёлк – и фото уже готово (рывки руками в стороны)

То увидел он зайчонка, что морковочку грызёт. (прыжки)

То заметит он ежонка, что домой грибы несёт. (приседания)

То летит сорока низко, (бег на месте, взмахи руками)

то бежит мышонок близко. (пружинка)

Шарик всех снимал не раз,

Эти фото – просто класс! (руки согнуты в локтях, рывки в стороны)

**НЕЗНАЙКА**

Незнайка просит научить играть на флейте и трубе, (наклоны головы вперёд, назад)

Машины разные водить, рисунки делать на холсте. (бег по группе, махи руками

вверх –вниз)

Он хочет малышей лечить, (наклоны вперёд)

Как Знайка многому учить, (руки в стороны)

И сочинять стихи как Цветик. Он хочет всё уметь на свете! (руки на пояс, руки

вверх)

«Незнайка, чтобы научиться,

Трудиться надо – не лениться». (дети говорят хором)

**ЧИППОЛИНО**

Чипполино - мальчик ловкий,

Может быстро убегать. (бег на месте)

Бедному же дяде Тыкве помогает дом скрывать. (присесть, закрыв лицо руками)

Над сеньором Помидором он смеётся и не зря, (руки вверх –вниз)

А солдатиков – лимонов побеждает он шутя. (имитация бокса)

А с друзьями любит прыгать, бегать, весело скакать, (прыжки)

И летать, и плавать рыбкой, (бег на месте, прыжки на одной ноге)

Вообщем, весело играть! (хлопки)

**ЗОЛУШКА**

Золушка наша умеет работать: (прыжки)

Моет посуду, стирает бельё. («тарелки» (руками)

Старые вещи может заштопать, (хлопки за спиной)

Всё получается у неё. (хлопки перед грудью)

Вот она пол подметает, так чисто, (наклоны)

Вкусно готовит, золу уберёт. (приседания)

Всё может делать она очень быстро. (поворот направо)

Да! И при этом песни поёт! (поворот налево)

**ЗАРЯДКА СЕМИ ГНОМОВ**

Первый гном присел и встал, (приседания)

А второй вдруг побежал, (бег на месте)

Третий плавно покружился, (кружатся направо)

А четвёртый наклонился. (наклоны)

Пятый вправо повернулся, (поворот направо)

А шестой назад прогнулся, (наклон назад)

Гном седьмой без остановки прыгал высоко и долго, (прыжки)

Белоснежка же сказала: «Повторяем всё сначала!».