**Физкультминутки про цветы**

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.)

\*\*\*

Раз - два-три выросли цветы (сидели на корточках, встаем)  
К солнцу потянулись высоко: (тянутся на носочках)  
Стало им приятно и тепло! (смотрят вверх)  
Ветерок пролетал, стебелёчки качал (раскачивают руками влево - вправо над головой)  
Влево качнулись- низко прогнулись. (наклоняются влево)  
Вправо качнулись – низко пригнулись. (наклоняются вправо)  
Ветерок убегай! (грозят пальчиком)  
Ты цветочки не сломай! (приседают)  
Пусть они растут, растут,  
Детям радость принесут! (медленно приподнимают руки вверх, раскрывают пальчики)

\*\*\*

Наши чудные цветки (Дети сидят на корточках)  
Распускают лепестки (Начинают медленно вставать)  
Ветерок чуть дышит (раскрывают руки над головой)  
Лепестки колышет (раскачиваются)   
Наши чудные цветки  
Закрывают лепестки  
Головой качают (раскачиваются)  
Тихо засыпают (и медленно принимают исходное положение)

\*\*\*

Во дворе растёт подсолнух,  
Утром тянется он к солнцу. (Дети встают на одну ногу и тянут руки вверх.)  
Рядом с ним второй, похожий,  
К солнцу тянется он тоже. (Дети встают на другую ногу и снова тянут руки вверх.)  
Вертим ручками по кругу.  
Не задень случайно друга!  
Несколько кругов вперёд,  
А потом наоборот. (Вращение прямых рук вперёд и назад.)  
Отдохнули мы чудесно,  
И пора нам сесть на место. (Дети садятся.)

\*\*\*

На лугу растут цветы  
Небывалой красоты. (Потягивания — руки в стороны.)  
К солнцу тянутся цветы.  
С ними потянись и ты. (Потягивания — руки вверх.)  
Ветер дует иногда,  
Только это не беда. (Дети машут руками, изображая ветер.)  
Наклоняются цветочки,  
Опускают лепесточки. (Наклоны.)  
А потом опять встают  
И по-прежнему цветут.