**ФИЗКУЛЬТМИНУТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ "ВЕСНА"**

Мишка вылез из берлоги,

Огляделся на пороге, (повороты влево и вправо)

Потянулся он со сна: (потягивание рук вверх)

К нам опять пришла весна!

Чтоб скорей набраться сил,

 Головой медведь крутил (вращение головой)

Наклонялся взад, вперед (наклоны)

Вот он по лесу идет (ходьба вперевалочку)

Ищет мишка корешки, (наклоны вперед)

И трухлявые пеньки.

В них съедобные личинки –

Для медведя – витаминки.

Наконец медведь наелся,

И на бревнышке уселся (садимся).

\*\*\*

На орех взобрался Мишка (имитация движений – показать, как мишка карабкается на дерево)

С ветки даль ему видна (ладошку поставить как козырек ко лбу)

Смотрит на холмы и крыши (соединяем руки над головой как домик – крыша)

Не идёт ли к нам весна? (поднимаем плечи – удивление)

За деревней,за долиной

Где прозрачен небосвод (повороты головы вправо и влево).

Клин увидев журавлиный (показ взмахов крыльев журавлей)

Закричал: «Весна идёт!» (руки поднять в стороны вверх с радостью и улыбнуться весне!)

 \*\*\*

Шаловливые сосульки (Руки поставить на пояс и весело шаловливо подпрыгивать.)

Сели на карниз. (Приседание или сесть на ковер, на пол, на стульчик)

Шаловливые сосульки (Подъем и опускание плеч)

Посмотрели вниз. (Руку приставить как козырек и посмотреть вниз вдаль)

 Посмотрели, чем заняться? (Пожать плечами)

Стали каплями кидаться. (Руками изображаем это действие)

Две сосульки вниз смотрели (повторяем движение – руку приставить как козырек ко лбу и посмотреть вниз)

И на солнышке звенели:

Кап-кап, дзинь-дзинь, (В такт наклонять голову вправо – влево.)

Кап-кап, дзинь – дзинь.

И на солнышке звенели

И…растаяли!!! (Расслабленно сесть, руки и ноги болтаются.Потрогайте ручку ребенка – приподнимите ее, и она упадет сама расслабленно вниз. Потрогайте ножку малыша, она тоже должна быть полностью расслаблена. Потрясите легонько ручку или ножку).