



«СПОРТЛАНДИЯ»

Картотека физкультминуток для воспитанников группы раннего возраста.

«Мы ногами топ, топ, топ!»

Мы ногами топ, топ, топ! *(Топают)*
Мы руками хлоп, хлоп, хлоп! *(Хлопают)*
Мы глазами миг, миг, миг. *(Моргают)*
Плечиками чик, чик, чик. *(Поднимают и опускают плечи).*
Раз – присели, два – привстали. *(Приседают)*
И все дружно закричали «УРА» *(Кричат)*

«По ровненькой дорожке»

По ровненькой дорожке,
Шагают наши ножки, *(Ходьба)*
По камешкам, по камешкам
Раз-два, раз-два, *(Прыжки)*
В яму - бух. *(Присесть)*

«Зайка»

Скок-поскок, скок-поскок, *(прыжки на месте, руки на уровне груди)*
Зайка прыгнул на пенек.
Зайцу холодно сидеть,
Нужно лапочки погреть,
Лапки вверх, лапки вниз, *(движения руками вверх, вниз)*
На носочках подтянись, *(подняться на носочки)*

Лапки ставим на бочок. *(руки на пояс)*

На носочках скок-поскок *(прыжки)*

А затем вприсядку, чтоб не мерзли лапки.