



## «СПОРТЛАНДИЯ»

### Картотека физкультминуток для воспитанников 1 младшей группы.

#### ***Кто живет у нас в квартире?***

Раз, два, три, четыре, *(Хлопаем в ладоши)*

Кто живет у нас в квартире? *(Шагаем на месте)*

Раз, два, три, четыре, пять *(Прыжки на месте)*

Всех могу пересчитать: *(Шагаем на месте)*

Папа, мама, брат, сестра, *(Хлопаем в ладоши)*

Кошка Мурка, два котенка, *(Наклоны туловища влево-вправо)*

Мой сверчок, щегол и я – *(Повороты туловища влево-вправо)*

Вот и вся моя семья. *(Хлопаем в ладоши)*

#### ***Птички***

Птички в гнездышке сидят *(Дети садятся на корточки)*

И по сторонам глядят. *(Поворачивают голову в стороны)*

Погоулять они хотят *(«Разлетаются»)*

И тихонько все летят. *(машут руками)*

Налетались, утомились *(Дети занимают*

И обратно возвратились. *прежние места и усаживаются на корточки)*