



«СПОРТЛАНДИЯ»

Картотека физкультминуток для воспитанников 2 младшей группы.

«Мишка»

Мишка лапки подними
Мишка лапки опусти
Мишка, Мишка покружись
А потом земли коснись
И животик свой потри - раз, два, три!

«Ванька-встанька»

Ванька-встанька, *(Прыжки на месте.)*
Приседай-ка. *(Приседания.)*
Непослушный ты какой!
Нам не справиться с тобой! *(Хлопки в ладоши.)*

«Раз-два»

Мы становимся все выше,
Достаем руками крыши.
Раз-два — поднялись,
Раз-два — руки вниз.

«Самолеты»

Самолёты загудели, *(Вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)*
Самолёты полетели. *(Руки в стороны, поочерёдные наклоны влево и вправо)*

На полянку тихо сели, *(Присесть, руки к коленям)*

Да и снова полетели. *(Руки в стороны, "летим" по У-у-у-у-у.. кругу)*