**МАДОУ детский сад № 11 г.Павлово**

**Перечень физкультминуток, рекомендованных в течении года.**

 **Вторая группа раннего возраста**

 **«По ровненькой дорожке»**

По ровненькой дорожке,

Шагают наши ножки, ***(Ходьба)***

По камешкам, по камешкам

Раз-два, раз-два, ***(Прыжки)***

В яму - бух. ***(Присесть)***

 **«Это я» *(Движения по тексту)***

Это глазки. Вот, вот.

Это ушки. Вот, вот.

Это нос. Это рот.

Там спинка, тут живот.

Это ручки. Хлоп, хлоп.

Это ножки. Тот, топ.

Ох, устали. Вытрем лоб.

 **«Маленький – большой»**

Сначала буду маленьким, ***(Присесть)***

К коленочкам прижмусь. ***(Обнять колени руками)***

Потом я вырасту большим, ***(Встать)***

До неба дотянусь. ***(Встать на носочки, поднять руки вверх).***

**«Разминка»**

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).***

 **«Теремок»**

Стоит в поле теремок.

Он ни низок, не высок.

***(Садятся на корточках, руки над головой в виде крыши)***

Кто в тереме живёт?

Дверка открывается

Кто там появляется?

***(Медленно разводят руки над головой, как бы раскрывают крышу).***

Ш-ш-бам! Попрыгунчик там! ***(Подпрыгивают, вытянув руки вверх).***