**Рисунок3МАДОУ детский сад № 11 г.Павлово**

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

**Младшая группа**

**«Три медведя»**

Три медведя шли домой. ***(шаги на месте вперевалочку)***

Папа был большой-большой. ***(поднять руки над головой)***

Мама с ним поменьше ростом, ***(руки на уровне груди)***

А сынок — малютка просто. ***(присесть)***

Очень маленький он был ***(присев, переваливаться)***

С погремушками ходил. ***(встать, руки перед грудью сжаты в кулаки)***

Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь ***(дети имитируют игру с погремушкам)***

**«Ветер»**

Ветер дует нам в лицо,

Закачалось деревцо. ***(качают туловище то в одну сторону, то в другую)***

Ветер тише, тише, тише. ***(приседают)***

Деревцо всё выше, выше. ***(выпрямляются.)***

**«Капуста»**

Мы капусту рубим-рубим, **(*движения руками, как топором*)**

Мы капусту мнём-мнём, ***(«мнут капусту»)***

Мы капусту солим-солим, **(*«солят капусту»)***

Мы капусту жмём-жмём. ***(сгибание и разгибание кистей рук)***

**«Веселые музыканты»**  
Мы играем на гитаре ***(имитация игры на гитаре)***Раз, два, три, четыре, пять.  
Мы играем на баяне ***(имитация игры на баяне)***Раз, два, три, четыре, пять.  
А теперь на барабане ***(имитация игры на барабане)***Раз, два, три, четыре, пять.  
И на дудочке играли ***(имитация игры на дудочке)***Раз, два, три, четыре, пять.  
А потом мы отдыхали ***(имитация сна, руки под щечкой)***Раз, два, три, четыре, пять.

**«Закаляемся!»**

Я утром закаляюсь, ***(сгибание рук в локтях)***Водичкой обливаюсь. ***(имитация обливания)***Пусть тельце будет красненьким, ***(растирание руками груди)***А ротик пусть зубастеньким. ***(улыбка)***Пусть ручки будут чистыми, ***(имитация намыливания рук)***

А ножки будут быстрыми. ***(бег на месте).***