**Физкульминутка «На лужайке»**

На лужайке поутру

Мы затеяли игру.

Раз, два, три, четыре, пять

Начинаем мы шагать. (Ходьба на месте)

А теперь мы — ручейки, Побежим вперегонки, (Бег на месте)

Прямо к озеру спешим, Станет озеро большим. (Ходьба на месте)

Мы — веселые лучи.

Мы — резвы и горячи. (Прыжки на месте)

Раз, два — вперед нагнуться! (Наклоны вперед)

Три, четыре — быстрей чуть-чуть!

Приподняться, подтянуться, (Прогнулись, руки вверх)

Глубоко потом вдохнуть.

Раз, два — назад прогнуться,

Не сгибать колен ничуть.

Раз, два, три, четыре,

Взмах руками, ноги шире! (Махи руками)

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

Очень весело играть!

***Игровое упражнение «Не задень».***

**Цель**: упражнять в прыжках «змейкой» на двух ногах

Прыжки на двух ногах между предметами (кубики, кегли, игрушки), поставленными в один ряд (40-50 см один от другого). Ребенок выполняет прыжки, стараясь не задеть предметы.

**Подвижная игра «Быстро возьми».**

**Цель:** упражнять в легком беге, закреплять цвета, развивать реакцию на сигнал.

На полу разложены кубики или игрушки разного цвета. Ребенок бегает вокруг них. По сигналу взрослого ребенок берет предмет того цвета, который назвал взрослый и не перепутать.

**Пальчиковая игра «Солнышко»**

Солнышко, солнышко,  
Погуляй у речки  
**(Ходьба на месте).**

Солнышко, солнышко,  
Разбросай колечки.  
**(Быстро сжимают и разжимают кулаки).**

Мы колечки соберем,  
Золоченые возьмем.  
**(Выполняют наклон, делают хватательные движения щепотью).**

Покатаем, поваляем  
**(Круговыми движениями трут ладонь о ладонь).**

И назад тебе вернем.  
**(Поднимают руки вверх, раздвинув пальцы).**