**Зарядка для Петушка**

(Исходное положение: сидя на корточках, обхватив колени руками.)

Встал утром петушок, пригладил красный гребешок,

Крылышками помахал, доброго утра пожелал:

«Ку-ка-ре-ку!»

**Флажки**

(упражнение выполняется с флажками по паказу воспитателя.)

Взяли в руки мы флажки.

Друг за дружкою пошли.

Сделали мы круг большой,

Словно шарик надувной.

Флажки вверх свои подняли

И недолго помахали.

Опустили вниз флажки,

А теперь у нас прыжки.

Руки в стороны с флажками,

На носочках побежали.

Флажки в коробочку мы сложим,

Заниматься все продолжим.

\*\*\*

Мы сидели тихо-тихо,

А теперь все дружно встали,

Ножками потопали, ручками похлопали.

Теперь пальчики сожмем,

А потом лепить начнем.

\*\*\*

Потягуни – потягушеньки

От носочков до макушечки,

Мы потянемся-потянемся,

Маленькими не останемся!

Вот уже растем, растем, растем…!

\*\*\*

По полянке по лесной

Ползают жучки за мной.

Вот кузнечик скачет,

Как зеленый мячик.

А бабочки- красавицы

Летают и всем нравятся.

\*\*\*

Осень быстро наступила.

Листья желтые летят.

Они немного покружились

И на землю тихо опустились.

**Неваляшка гуляет.**

Учим куколку ходить, ножки поднимая,

Вот как наши неваляшки весело шагают.

А теперь пойдем назад. Ножки отставляйте!

Ну-ка дружно, неваляшки, весело шагайте!

Неваляшка приседает и головкою качает,

Глазками моргает, по улице шагает

Вот какие неваляшки у ребяток наших,

На прогулке вместе с ними весело попляшем!

**Зарядка**

Сказку мы слушали, песенку пели,

Устали немножко, отдохнуть захотели.

Мы присели: раз –два! Раз-два!

Встали, наклонились: раз-два! Раз два!

Повернулись вправо: раз-два! Раз-два!

Повернулись влево: раз-два! Раз-два!

А сейчас на месте попрыгаем мы.

Скоро мы вырастем вот такой высоты!

\*\*\*

«Пальчики»

Вот помощники мои,

Их сожми и разожми.

Поверни их эдак, так,

Помаши слегка вот так.

За работу принимайся,

Ничего не опасайся!

\*\*\*

« Поезд»

Идет поезд не спеша-

Чух-чух-чух-чух!

Идет поезд к малышам,

Чух-чух-чух-чух!

Набирает поезд ход,

Чух-чух-чух-чух!

И пыхтит как пороход

Чух-чух-чух-чух!

\*\*\*

«Яблоко»

Вот так яблоко! Оно соку сладкого полно.

Руку потяните, яблоко сорвите.

Стал ветер веточку качать, трудно яблоко достать.

Подпрыгну руку протяну и быстро яблоко сорву!

\*\*\*

«Тик-так»

Часики наши стучат вот-так:

- Тик-так, тик-так!

Мы их заводим вот так, вот так!

И снова они застучат: «Тик-так».

\*\*\*

«Зайка»

Ну-ка, зайка, поскачи , поскачи,

Лапкой, лапкой постучи, постучи.

Ты на травку упади, упади,

Полежи и отдохни, отдохни.

Отдохнул, теперь вставай,

Прыгать снова начинай!

Быстро к елочке беги

И скорей назад скачи!

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускем,

Мы кружимся потом.

\*\*\*

«Ежик» (пальчики)

Ежик топал по дорожке растопырить пальцы рук, совершают

И грибочки нес в лукошке. шагающие движения, загибаем пальцы,

Чтоб грибочки сосчитать, руки сжаты в кулачки.

Нужно пальцы загибать. Пальцы двух рук сплетены в замок

Ежик, ежик колкий, Движения кистями вправо-влево

Покажи иголки. Пальцы выпрямляются, кисти при этом

Вот они. Вотони. Вот они сложены в замок.

Ежик, ежик колкий, Движения кистями с выпрямленными

Спрячь свои иголки. пальцами вправо-влево.

Раз и нет иголок. Пальцы складываются в замок.

\*\*\*

«Едет весело машина»

В руки руль скорей берите,

Да моторчик заводите,

Накачаем дружно шины,

Едет весело машина.

Стой, машина, стой, мотор!

Перед нами светофор.

Загорелся красный свет,

Значит, нам проезда нет.

Зеленый свет для нас горит –

Это значит, путь открыт.

\*\*\*

На дворе мороз и ветер,

Ручки, ручки потирают,

Ручки, ручки согревают.

Не замерзнут ручки-крошки –

Мы похлопаем в ладошки.

Вот так хлопать мы умеем,

Вот так ручки мы согреем!

Чтоб не зябли наши ножки,

Мы потопаем немножко.

Вот так топать мы умеем,

Вот так нжки мы согреем.