

## Физкультминутки «Цветы»

### «Незабудки»

Под окошком у Анютки  
Распустились незабудки.  
На цветочках-лепесточках-  
Неба синие кусочки,  
Серединки-доньшки -  
Маленькие солнышки.  
Пролетала пчелка,  
Золотая челка,  
Села на цветок:  
- Ну-ка, где медок?  
Выглянуло солнце,  
Разогрело донце,  
Медок сварило -  
Пчелку накормило.  
А Анютка-быстроножка  
Все увидела в окошко.

*Руки согнуть в локтях, кисти рук перед собой, пальцы обеих рук собраны в щепоть, раскрыть кисти, растопырить пальчики-лепестки в стороны.*

*Соединить пальцы обеих рук, округлить.*

*Короткие взмахи руками-крылышками.*

*Присесть, руки положить на колени, покрутить головой вправо-влево.*

*Встать, согнуть руки в локтях и высоко поднять их, пальчики-лучики растопырить.*

*Круговые движения правой рукой.*

*Короткие взмахи руками-крылышками.*

*Легкий бег.*

*Покрутить головой вправо-влево.*

### «Цветы»

Ранним утром на лугу  
По сырой траве бегу,  
Соберу цветы друзьям  
И по одному раздам:  
Роме – ромашку, Алле – фиалку,  
Васе – василек, синенький цветок,  
Колокольчик – Коленьке,  
Одуванчик - Поленьке,  
Он растет в широком поле,  
Подарю подарок Поле.

*Бег на месте с высоким подниманием ног.*

*Присесть, изобразить сбор цветов.*

*Изобразить раздачу цветов.*

### «Мы цветы в саду сажаем»

Мы в саду цветы сажаем,	<i>Ладонку левой руки сложить в горсть, Правой взять «семя» и, наклонившись вниз, «посадить» его.</i>
Их из лейки поливаем, Астры, Лилии, Тюльпаны	<i>Имитировать движение – «полив из лейки». Соединить руки над головой, образуя шарик. Руки в стороны. Сложить ладони обеих рук лодочкой перед собой.</i>
Пусть растут	<i>Присесть и медленно вставать, подняв руки вверх, - «цветы растут».</i>
Для нашей мамы.	<i>Сжать кисть правой руки в кулачок и протянуть ее вперед – «букет».</i>

### «Цветы»

Шла Марфутка по тропинке	<i>Ходьба на месте.</i>
И несла в руках корзинку.	<i>Имитируют, что несут корзинку.</i>
В этой маленькой корзинке	<i>Показывают руками маленькую величину</i>
Есть различные цветы:	<i>Имитируют формирование букета.</i>
Клевер, ландыш, незабудки, Голубые васильки.	
Что угодно для души!	<i>Кладут руку на сердце.</i>
Какой душистый аромат!	<i>Подносят воображаемые цветы к носу, нюхают: вдох-выдох.</i>
Цветам душистым так я рад!	<i>На лице выражение восторга, радости, руки чуть приподняты вверх и разведены в стороны.</i>

### «Цветы»

Дети приседают, изображая нераскрывшиеся бутоны цветов. Взрослый говорит: «Раз-два-три, выросли цветы!» Дети медленно приподнимаются, поднимают руки вверх, раскрывают пальчики.

К солнцу потянулись высоко:	<i>Тянутся на носочках, смотрят вверх.</i>
Стало им приятно и тепло!	
Ветерок пролетал, стебелёчки качал.	<i>Раскачивают руками влево-вправо над головой.</i>
Влево качнулись – низко пригнулись.	<i>Наклоняются влево.</i>
Вправо качнулись – низко пригнулись.	<i>Наклоняются вправо.</i>
Ветерок, убегай!	<i>Грозят пальчиком.</i>
Ты цветочки не сломай!	<i>Приседают.</i>
Пусть они растут, растут, Детям радость принесут!	<i>Медленно приподнимаются, поднимают руки вверх, раскрывают пальчики.</i>