

Физминутка « Светофор »

Раз, два, три, четыре, пять
(потягиваются)

Ох, устали мы стоять.

В « Светофор » мы поиграем (ходьба на месте)

Руки- ноги разминаем

Красный цвет нам « Стой » (наклоны, повороты туловища) кричит

Ждать зеленого велит.

Наклоняемся мы дружно

И назад, и вперед,

Вправо, влево поворот.

Вот и желтый загорелся (приседание)

Приготовиться пора.

Руки- ноги разогрели.

Начинаем, детвора.

Вот зеленый загорелся (ходьба за друг другом)

Можно нам идти вперед.

Левой, правой, левой правой.

Смело, мы идем вперед

Светофор помощник славный

Уставать нам не дает.

