**CКЛАДОЧКА**

Сидя, ноги вместе, наклон в носкам, выпрямиться, руки вверх, проснулись. Повернулись вправо – помахали друзьям, влево.

Побежали сидя. Устали. Закрылись.

**НЯМ-НЯМ**

Сидя ноги широко.

Наклон вперед между ног – «ам»

Выпрямились –

руки к груди –

«ням-ням-ням!»

**«Вышли мышки»**

Вышли мышки как-то раз

(шагать ноги высоко на месте)

Посмотреть, который час

(смотрят время)

1,2,3,4 –

(считать, показывая пальцем справа налево)

Мышки дернули за гири

(руки вверх, присесть вниз)

Раздался ужасный звон  
(покачать головой, руки к голове)

Разбежались мышки вон.

Шалды балды локоток,

Фуфцы, грацы, грамоток.

Азикота кисловрота

Шары вары - дух вон!

Головами покиваем,

носиками помотаем,

И зубами постучим

И, конечно, помолчим.

**ДОМИК ЧЕРЕПАХИ**

Сидя, ноги широко расставлены, полусогнуты.

Руками заползать под одну ногу, под другую.

**БАБОЧКА**

Сидя в позу бабочки. Берем книжку, смотрим .

Наклон вниз, читаем.

Надели очки, опять читаем с наклоном вниз.

**«АЛЛЁ»**

Сидя, ноги вместе. Подносим ногу к уху – «аллё»,

разговариваем по телефону с мамой.

**СКЛАДОЧКА**

Сундучок, сундучок охраняет паучок.

В складочку ложится, сундучок открылся.

**ЛЕЖА МЕЖДУ ПЯТОК.**

Сед на пятках, руку ко лбу, смотрим «Никого нет?

Никого! Чисто на горизонте? Чисто!

Давайте наденем очки, посмотрим вдаль!

Вон кто-то побежал – показать пальцем вперед.

Всё, убежал.

Никого нет. Можно расслабиться!»

Встать на колени, расставить голени в стороны,

затем колени и лечь между пяток назад.

**В ГРУППИРОВКЕ СИДЯ.**

Появился колосок (перекат на спине)

(Сели, руки вверх)

К солнцу тянется росток