

«Вежливый Зайка»

Дайте капусты кочанчик другой! (махать двумя руками к себе)

Разве так просят? Подумай, косой. (повороты в сторону)

Дайте, пожалуйста, - вспомнил Зайчишка,- (наклоны вперед руки вперед)

И, если можно, с большой кочерыжкой. (показать большой круг)

Вот, молодец, ему лапу пожали (пожать ладошки)

И самых вкусных кочанчиков дали... (погладить живот)

«Посуда»

Посуду моет наш Антошка. (Потирают ладошки друг о друга)

Моет вилку, чашку, ложку.

Вымыл блюдце и стакан, (Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.)

И закрыл покрепче кран. (Выполняют имитирующее движение.)

«Чтоб совсем проснуться»

Чтоб совсем проснуться,

Нужно потянуться! (Руки вниз перед туловищем, пальцы сплетены. Положить руки на затылок, локти отвести, туловище выпрямить.)

Распрямились, потянулись,

А теперь назад прогнулись. (Наклоны вперед и назад.)

Спину тоже разминаем,

Взад-вперед её сгибаем. (Наклоны вперед-назад.)

Поворот за поворотом,

То к окну, а то к стене.

Выполняем упражненье,

Чтобы отдых дать спине. (Повороты корпуса вправо и влево.)

Отдохнули мы чудесно,

И пора на место сесть нам. (Дети садятся.)