*Приложение 2.*

***Красные физкультминутки:***

**Вот так яблоко!**

Вот так яблоко*! (встали)*

Оно - *(руки в стороны)*

Соку сладкого полно. *(руки на поясе)*

Руки протяните, *(протянули руки вперед)*

Яблоко сорвите. *(руки вверх)*

Стал ветер веточку качать, (*качаем вверху руками)*

Трудно яблоко достать. *(подтянулись)*

Подпрыгну, руку протяну *(подпрыгнули)*

Быстро яблоко сорву ! (*хлопок в ладоши над головой)*

Вот так яблоко! *(встали)*

Оно - *(руки в стороны)*

Соку сладкого полно. *(руки на поясе)*

**Наши красные цветки**

Наши красные цветки

Распускают лепестки. *(плавно поднимаем руки вверх)*

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет. *(качание руками влево-вправо)*

Наши красные цветки

Закрывают лепестки*, (присели, спрятались)*

Головой качают (*движение головой влево-вправо)*

Тихо засыпают.

***Оранжевые физкультминутки:***

**Рыжая лисичка**

Хоровод, хоровод (*хлопки в ладоши)*

Пляшет маленький народ. (*приседания)*

Танцевать, скакать, и прыгать (*прыжки на месте)*

Мы готовы круглый год. (*приседание)*

Под кустом, под кустом (*наклоны туловища)*

Кто-то с рыженьким хвостом. (*повороты туловища влево-вправо)*

Это рыжая лисичка - (*прыжки на месте)*

Под кусточком лисий дом.

**Рыжие клены**

Все клены стали рыжие*, (руки подняли вверх, покачали руками)*

И ни один не дразнится. *(повороты туловища, руки в стороны)*

Раз все равно все рыжие, (*руки подняли вверх)*

Кому, какая разница (*покачали руками)*

***Желтые физкультминутки:***

**Апельсин**

Желтый, круглый, ты откуда? (*руки на поясе, наклоны туловища)*

- Прямо с солнечного юга.

Сам на солнышко похож. (*руки в стороны – на пояс)*

Можешь съесть меня, но только (*прыжки на месте)*

Раздели сперва на дольки. (*хлопки в ладоши)*

Как меня ты назовешь? (*апельсин)*

**Желтая песенка**

Желтое солнце на землю глядит, *(руки вверх, потянулись, подняли глаза на вверх)*

Желтый подсолнух за солнцем следит. (*качание руками влево-вправо)*

Желтые груши на ветках висят. (*встряхивание руками вниз)*

Желтые листья с деревьев летят. (*махи руками в стороны вверх-вниз)*

Желтая бабочка, желтая букашка.

Желтые лютики, желтая ромашка. (*приседание)*

Желтое солнышко, желтенький песочек,

Желтый цвет радости, радуйся, дружочек. (*прыжки на месте)*

***Зеленые физкультминутки:***

**Зеленый луг**

Расцветает луг зеленый, *(руки в стороны – потянулись)*

Раскудрявились леса. *(руки вверх)*

Держат радугу в ладонях

Голубые небеса. *(руки перед собой, ладони кверху)*

Теплым солнышком согреты

Загорелые ветра. (*наклоны туловища влево-вправо, руки на поясе)*

Здравствуй, лето,

Здравствуй, лето! *(прыжки на месте)*

Нашей радости пора. *(хлопки в ладоши)*

***Коричневые физкультминутки:***

Можно использовать подвижные игры: «**Грибы**», **«У медведя во бору»,**

**«Грибники»**

***Синие физкультминутки:***

**Синяя вода**

Синяя вода, (*волнообразные движения рук на уровне груди в стороны)*

Поле без следа,

Без конца и края.  *(кружимся на месте)*

Синяя вода,

Ты спешишь куда?

Ты спешишь куда? *(присели, обхватили плечи руками)*

К морю синему,

Там где волны сильные, *(встали, руки вытянули вверх)*

Там где волны сильные

Плещутся всегда. *(волнообразные движения рук на уровне груди в стороны)*

К морю синему

Поскорей неси меня*, (кружимся на месте)*

Поскорей неси меня,

Синяя вода. *(присели, обхватили плечи руками)*

***Белые физкультминутки:***

**Белоснежное серебро**

Солнце землю греет слабо, (*руки вверх и вниз)*

По ночам трещит мороз, (*руки на пояс, наклоны в стороны)*

Во дворе у снежной Бабы (*руки на пояса, поворот вокруг себя)*

Побелел морковный нос. (*дети показывают нос)*

В речке стали вдруг вода

Неподвижна и тверда, (*прыжки на месте)*

Вьюга злится

Снег кружится (*дети кружатся)*

Заметает все кругом

Белоснежным серебром. (*имитируют движения руками)*

***Золотые физкультминутки:***

**Золотая песенка**

Как хорошо в гостях у осени

Среди березок золотых… (*кружимся на месте)*

Подольше б золото не сбросили,

Стоял бы лес багрян и тих *(остановились, машем плавно руками вверх-вниз, вправо-влево)*

Почаще б солнышко усталое

Гостило в золотом лесу, *(руки на пояс, наклоны туловища влево-вправо )*

Чтоб защитить от ветра шалого

Лесную позднюю красу. *(повороты туловища влево-вправо)*

Деревья все осенним днем

Красивые такие! (*плавные движения руками вверх-вниз)*

Сейчас мы песенку споем

Про листья золотые!  *(присели)*