Стихи для биоэнергопластики:

Поёт с утра лягушка:
«Ква-ква, ква-ква, ква-ква!
Иди сюда, подружка!
Здесь сочная трава».
 *(упражнение «Улыбка»)*

 Воробьишка прыг-прыг-прыг!
 Быстро двигаться привык.
 Звонок воробьиный хор,
 Им ареной служит двор.
 *(упражнение «Птенчики»)*

 Индюк, смотри, какой герой –
 За индюшат стоит горой!
 Распустит хвост, зальётся краской,
 Все на него глядят с опаской.
 *(упражнение «Индюк»)*

 Зебра в белую полоску,
 Зебра в чёрную полоску,
 Точно кто-то шутки ради
 Нарядил её в матроску.
 *(упражнение «Лошадка»)*

Принесу грибы в корзинке,
Стану их перебирать,
Словно на лесной тропинке
Побываю я опять.
 *(упражнения «Грибок, Чашечка»)*

 Ель зайчишку приютила,
 Веткой от врагов укрыла…
 Ёжик – быстренькие ножки,
 Протоптал в лесу дорожки.
 *(упражнение «Иголочка»)*

 Дятлу клювом бить не лень
 Целый день, целый день!
 Тук-тук-тук! Тук-тук-тук!
 Выходи из щёлки жук!
 *(упражнение «Дятел»)*

Грибочек, грибок,
Масляный бок,
Серебряная ножка,
Прыгай в лукошко!
 *(упражнение «Грибок»)*

 На скамейке у окошка
 Улеглась и дремлет кошка.
 Кошка глазки открывает,
 Кошка спинку выгибает.
 *(упражнение «Киска сердится»)*

 Красной краскою Егор
 Красит крышу и забор.
 *(упражнение «Маляр»)*

 Удав, огромнейший удав,
 Лежит кольцом средь пышных трав.
 Он гордый повелитель змей,
 И трогать ты его не смей.
 *(упражнение «Змейка»)*

Хомячок живёт в квартире,
Нет зверька милее в мире.
Он за щёчки прячет ужин.
Что ж! Запас, конечно, нужен.
 *(упражнение «Орешки»)*

 Самолёт построим сами,
 Понесёмся над лесами.
 Понесёмся над лесами,
 А потом вернёмся к маме.
 *(упражнение «Самолёт гудит»)*

 Шмель лохматый, шмель пушистый,
 Держит путь на луг душистый,
 Басом целый день поёт
 И нектар цветочный пьёт.
 *(упражнение «Хоботок»)*

 Лопата копала,
 Копала, копала,
 Потом улеглась,
 Видно, очень устала.
 *(упражнение «Лопаточка»)*

Часовщик, прищурив глаз,
Чинит часики для нас.
 *(упражнение «Часики»)*

 В парке высокая горка стоит.
 На горке сердитый Егорка сидит.
 Боится Егорка
 Съехать с крутой горки.
 *(упражнение «Горка»)*

 Шёл Егор через двор,
 Нёс топор чинить забор.
 *(упражнение «Заборчик»)*

Я достал в шкафу варенье,
Я к животным всей душой.
- На, поешь для подкрепленья,
Будешь толстый и большой.
 *(упражнение «Вкусное варенье»)*

 Весёлые мыши забрались на крышу
 И лезут упрямо всё выше и выше.
 *(упражнение «Иголочка»* )

 Совсем не боятся они высоты!
 Какие, однако, отважные мыши! –
 Сказали, взбираясь за ними коты.
 *(упражнение «Киска сердится»)*

Поиграю я в футбол
И забью в ворота гол.
Очень сложная задача –
Загонять в ворота мячик.
 *(упражнение «Кто дальше загонит мяч?»)*

 Чайные чашки в печали,
 Стуча и бренча, закричали. *(упражнение «Чашечка»)*

 Увидев свой хвост, удивилась змея:
 - Неужто, друзья, это всё ещё я? *(упражнение «Змейка»)*

Два цыплёнка, *(упражнение «Птенчики»)*
Два мышонка *(упражнение «Иголочка»)*
Учат бегать лягушонка. *(упражнение «Улыбка»)*

Расшумелась мелкота –
Видно, близко нет кота! *(упражнение «Киска сердится»)*

 Ходит по двору индюк *(упражнение «Индюк»)*
 Среди уток и подруг.
 Вдруг увидел он грача, *(упражнение «Птенчики»)*
 Рассердился сгоряча.

Кот Тимошка жил на крыше. *(упражнение «Киска сердится»)*
Ниже, в доме, жили мыши. *(упражнение «Иголочка»)*
По стене взбирались мыши,
Не боясь кота на крыше.

 На берёзе поутру
 Дятел продолбил кору. *(упражнение «Дятел»)*

Рыжий кот осенними
Листьями шуршит,
Возле стога с сеном
Мышек сторожит. *(упражнения «Киска сердится, Иголочка»)*

 Яблоки румяные,
 В них медовый сок!
 Испечёт нам мама
 Яблочный пирог. *(упражнение «Лопаточка»)*

Телевизор вместе с нами
Смотрит наша киска. *(упражнение «Киска сердится»)*
Видит мышку на экране,
Мышка вроде близко. *(упражнение «Иголочка»)*
Мог бы славный быть обед,
Только хвать, а мышки нет.

 Не бери ежа с собой,
 Отпусти его домой.
 Ёжик, даже глупый самый
 Хочет жить с ежихой-мамой.
 *(упражнение «Иголочка»)*

Чистим зубы, чистим зубы
И снаружи, и внутри,
Не болели чтоб они.
 *(упражнение «Почистить зубы»)*