***Физминутки по темам «Зима», «Новый год»***

**«Зайка»**

Зайке холодно сидеть,

Нужно лапочки погреть.

Лапки вверх, лапки вниз.

На носочках подтянись,

Лапки ставим на бочок,

На носочках скок-скок-скок.

А затем вприсядку,

Чтоб не мёрзли лапки.

Прыгать заинька горазд,

Он подпрыгнул десять раз.

(Движения выполняются по ходу текста стихотворения)

**"Снеговик пропал"**

Снеговик в лесу пропал *Поднимают обе руки вверх, пальцы раскрыты, руки* *скрещены*

Он куда-то убежал*. Указательным и средним пальцами правой руки* *изображают бег.*

Может, испугался волка? *Обнимают себя руками, изображая страх.*

Может, зайка сбил с дороги? *Показывают руками ушки*

И в сугробах тонут ноги? *Поочередно высоко поднимают ноги*.

**Собрались мы все в кружок**

Мы потопаем, мы похлопаем.

Будем весело плясать, будем руки согревать.

Мы потопаем, мы похлопаем,

Чтоб нам было веселее, будем прыгать мы скорее.

Выпал беленький снежок

Собрались мы все в кружок

Мы потопаем, мы похлопаем.

Будем весело плясать, будем руки согревать.

Мы потопаем, мы похлопаем,

Чтоб нам было веселее, будем прыгать мы скорее.

**В наших тепленьких сапожках**

Мы потопаем немножко.

Руки тоже мы согреем и

Похлопаем скорее.

Рукавицы мы надели,

Не боимся мы метели.

Мы с Морозом подружились,

Как снежинки закружились.

**«Игра в снежки»**

Из мокрого снежного белого кома

Мы снежную бабу слепили у дома.

Стоит наша баба у самых ворот,

Никто не проедет, никто не пройдет.

Знакома она уже всем во дворе,

**«Снеговик»**

Лепим мы снеговика

Из пушистого снежка.

Вот какой он первый ком!

Вот какой большущий он.

Ком второй чуть-чуть поменьше,

Третий – это голова,

Шляпа будет из ведра,

Нос – морковка,

А глаза – два веселых огонька.

Вот какой веселый он;

Он смеется до ушей,

Веселит он малышей.

**«Снежная баба».**

Мы бабу снежную лепили, (*Изображают в воздухе последовательно три круга.)*

Чтоб краше не было ее. (*Проводят пальцами по лицу.)*

Лопатами весь снег собрали*, (Имитируют движения лопатой.)*

Не позабыли ничего.

Сначала ком большой скатали *(Изображают руками в воздухе максимально большой круг.)*

И плотно этот ком прижали. *(Изображают перед собой руками круг, опускают его.)*

Второй поменьше был размером*. (Изображают круг меньше.)*

На первый он уселся смело*. (Приседают.)*

А третьим – голова была *(Показывают на голову.)*

И участи своей ждала. *(Подпирают голову ладонями.)*

Лицо украсили морковкой, *(На уровне носа пальцами изображают морковку.)*

И угольками вместо глаз*. (Показывают на глаза.)****\***

Прорисовали ротик ловко, *(Трогают рот.)*

Смотрели в профиль и анфас. *Поворачивают голову в сторону, прямо.)*

На голову ведро надели, (*Делают движения двумя руками сверху вниз по голове.)*

Украсили его пером*. (Поднимают одну руку вверх расставляют пальцы.)*

Метлу воткнули для порядка *(Делают движение «подметание».)*

Трудились дружно всем двором! *(Скрещивают пальцы рук в замок.)*

**«Снежинки-балеринки».**

Дети бегут по кругу и кружатся со словами:

Под музыку вьюги  
Кружатся подруги,  
Кружатся снежинки —  
Зимы балеринки.

Устали кружиться (дети приседают).  
На землю присели,  
Заслушались музыкой  
Зимней метели.

Лишь миг отдохнули —  
И снова их ветер  
Заставил кружиться *(дети кружатся*)  
В веселом балете.

**«Какой снежок!».\**

*Дети шагают, прижимая шаг к полу, под слова*:

Какой снежок,  
Какой снежок,  
Какой снежок хороший!  
Покрыт лужок,  
Покрыт лужок,  
Покрыт лужок порошей.  
И воробей, и я, и ты  
На нем оставили следы.  
Снежок спешит,  
Спешит—и глядь*,(дети останавливаются, оглядываются, разводят руками)*  
Прибрал опять!  
Прибрал опять!

**«Пингвин».**

*Дети скользят по паркету со словами*:

Скользкий лед,  
Скользкий лед,  
А по нем пингвин идет.  
Скользкий лед,  
Скользкий лед,  
Но пингвин не упадет!

**«Елочка»**

Ждут красавицу колючую «Рисуют» руками елочку.

В каждом доме в декабре. Делают ладошками «дом».

На ветвях зажгут фонарики, Показывают «фонарики».

Искры брызнут в серебре. Руки над головой, пальцы оттопырены.

Сразу станет в доме празднично, Берутся за руки и становятся в хоровод.

Закружится хоровод.

Дед Мороз спешит с подарками, Идут по кругу с воображаемым  
Наступает Новый год. мешком за плечами.

**«Зимние игры»**

Стали дети кататься (*ладони держите горизонтально перед грудью и делайте движения вперед-назад, как бы катаясь на лыжах),*

И снегу кувыркаться (*делайте синхронные круговые движения руками перед грудью: правой рукой — по часовой стрелке, а левой — против часовой стрелки*).

Захотели в снежки играть (*переложите «снежок» из одной ладони в другую*)

Стали лепить их и друг в друга кидать *(«слепите» снежок, а затем понарошку «бросьте» его в кого-нибудь)*.

Начали комья снежные катить *(сымитируйте соответствующие движения)*

—бабу снежную лепить *(снизу вверх двумя руками одновременно изобразите нарисуйте три стоящих друг на друге снежных кома: большой, средний и маленький)*

Весело зимой! Не хочется домой*!*

***«Мороз»***

Но вечер приближается *(разведите руки в стороны)*,

Вьюга начинается *(покачайте над головой руками из стороны в сторону).*

Крепчает мороз *(с усилием сожмите кулаки*)

—Щиплет щеки, щиплет нос *(пальцами слегка ущипните щеки и нос)*

Руки стали замерзать (*потрите ладони)*

Надо их отогревать (*подышите на ладони).*

Вечер приближается (*разведите руки в стороны)*

Темнота сгущается.

Нам домой давно пора

—До свиданья! До утра! (*помашите рукой на прощание).*