Стихи для вводной части физкультурного занятия.

Цели: Создание позитивного настроение, настрой на плодотворную работу, усиление интереса к занятиям.

Задачи: Развитие памяти, речи, чувства ритма. Профилактика плоскостопия. Профилактика нарушений осанки.

# « Скрюченная песня»

Жил на свете человек, Ходьба на носках,

Скрюченные ножки, руки вверх.

И гулял он целый век Ходьба на пятках,

По скрюченной дорожке. Руки на пояс.

А за скрюченной рекой Ходьба на внешней стороне стопы

В скрюченном домишке Руки к плечам.

Жили летом и зимой Ходьба на внешней стороне стопы

Скрюченные мышки. Руки в стороны.

И стояли у ворот Ходьба на носках,

Скрюченные ёлки, руки вверх.

Там гуляли без забот Ходьба на пятках

Скрюченные волки. Руки на пояс.

И была у них одна Ходьба на внешней стороне стопы

Скрюченная кошка, Руки к плечам

И мяукала она Ходьба на внутренней стороне стопы

Сидя у окошка. Руки в стороны.

А за скрюченным мостом Ходьба на корточках,

Скрюченная баба Спина прямая –

По болоту босиком Руки на коленях.

Прыгала, как жаба.

И была в руке у ней Ходьба в наклоне вниз,

Скрюченная палка, касаясь пальцев на ногах.

И летела вслед за ней

Скрюченная галка.

К. Чуковский

**«  ПОСЛЕ ДОЖДЯ «**

   Раз-два! - Ходьба, высоко поднимая

   Раз-два! колени, энергичная работа

   Очень мокрая трава, руками – «Марш»

   Лужи по колено, - Ходьба в полуприседе

   Пузыри и пена. (руки за голову)

   В светлых каплях провода, -Ходьба на носках

   Ветки и листочки, (руки вверх)

   Через край бежит вода - Ходьба на пятках

   Из пожарной бочки. (руки на пояс)

   После дождика цветут -Ходьба на корточках

   Ярче незабудки (руки вверх)

   И по улицам плывут -Ходьба на корточках

   Друг за дружкой утки. (руки за спину)

Г. Лебедева