***Здоровьесберегающие технологии, используемые в контексте проделанной работы.***

**Физкультминутка «Репка»**

Вот мы репку посадили( наклониться)
И водой её полили (имит движения)
А теперь её потянем ( имит движения)
И из репы кашу сварим (имит движения)
И будем от репки здоровые и крепкие ( показать силу)

**Физкультмиинутка «В огороде –Репка»:**

В огород мы пойдем. Дети идут по кругу и изображают

Овощей наберем. как будут набирать овощи.

В огороде нашем

Нет нашей репки краше! Поглаживают руками лицо

Круглый бок, Повороты в стороны

Желтый бок Наклоны в стороны

Сидит на грядке колобок Дети приседают

Врос он в землю крепко

Потянем его детки! Наклоны вперед

Тянем - потянем

Вот и вытащили репку! Руки поднимают вверх

А она сочна, кругла, больша, Руки в стороны

Одним словом удалась –

Желтым солнышком зажглась! Дети закрывают глаза, жмурятся

Руки поднимают вверх.

**Подвижная игра «Репка - репонька».**

Дети идут по кругу, взявшись за руки, говорят слова:

Репка-репонька,

Расти, расти крепенька.

Ни мала, ни велика, (опускают руки вниз, поднимают вверх)

До мышиного хвоста. (разводят руки в стороны)

Да! (хлопают)

Дети хлопают в ладоши, а репка – пляшет.

**Пальчиковая игра «Будем мы варить компот»**

Будем мы варить компот,

 Фруктов нужно много. Вот. (левую ладонь держать "ковшиком",

 указательным пальцем правой руки "мешать" компот)

 Будем яблоки крошить,

 Грушу будем мы рубить.

 Отожмем лимонный сок,

 Слив положим и песок. (загибать пальцы по одному, начиная с большого пальца)

 Варим, варим мы компот.

 Угостим честной народ. (левую ладонь держать "ковшиком", указательным пальцем правой руки "мешать" компот)

**Физкультмиинутка «Как мы рады!...»:**

Ребята, как вы думаете, дед, бабка, внучка, кошка, Жучка и мышка радовались репке? (ответы детей)

-Вот как они радовались:

Физ.минутка

Мы ногами топ-топ,

Мы руками хлоп-хлоп,

А потом прыг-скок

И ещё разок.

А потом вприсядку,

А потом вприсядку,

И снова - по порядку.

И похлопаем в ладошки

Раз, два, три!

И покрутим головами

Раз, два, три!

Все танцуйте вместе с нами

Раз, два, три!

**Физкультмиинутка «Любим спортом заниматься!»**

Любим спортом заниматься. (руки перед грудью, рывки руками.)

 Будем очень мы стараться.

 Мяч бросать и принимать, (имитируем броски мячом)

 Метко вдаль его кидать.

 Ловко прыгать на скакалке,(прыжки на месте)

 Ног своих совсем не жалко.

 Приседать и вновь вставать, (дети приседают и встают.)

 Руки быстро поднимать. (поднимают руки вверх).

 Наклоняться вправо, влево. (наклоны вправо, влево)

**Пальчиковая игра «Как мы репку посадили»:**

Выглянуло солнышко.

Солнышко, свети — свети!

Зернышко, расти — расти!

Появляются листочки,

Распускаются цветочки.