**Алфавитные физминутки**

**Аа**
Антилопе каждый день
Поразмяться уж не лень.
Встанет рано поутру,
Скачет быстро по двору.
Головой своей качает,
Повороты выполняет.

**Бб**
Бабочка порхает
Нежно над цветком.
Кружится, летает.
Я бегу с сачком.
Вот она присела
Тихо на листок.
Я поймать хотела,
Дунул ветерок.
И несёт по ветру
Бабочку мою.
Я с сачком за нею
По тропе бегу.

**Вв**
Воробьишка потянулся,
Распрямился, встрепенулся.
Головой кивнул три раза,
Подмигнул он правым глазом.
Лапки в стороны развёл.
И по жёрдочке пошёл.
Прогулялся и присел,
Свою песенку запел:
Чик-чирик-чирик-чирик…

**Гг**
Утром встал гусак на лапки,
Приготовился к зарядке.
Посмотрел он вправо, влево,
Повороты сделал смело.
Пощипал немного пух
И с разбега в воду плюх!

**Дд**
Дятел долбит старый сук:
Тук-тук-тук и тук-тук-тук.
Он стучать не устаёт,
Клювом мошек достаёт.
Замолчит на миг. И вдруг
Снова слышим тук – тук – тук.

**Ее**
На реке живёт енот.
Чешет лапкой он живот.
Своим хвостиком виляет,
К верху лапки поднимает.
Шустро он по кочкам скачет,
Под корнём запасы прячет.
Он среди воды живёт
Добродушный наш енот.

**Ёё**
Ёж спешил к себе домой,
Нёс запасы он с собой.
Через кочки он скакал,
Быстро по лесу бежал.
Вдруг он сел и изменился,
В шарик круглый превратился.
А потом опять вскочил
И к детишкам поспешил.

**Жж**
На болоте жабы жили.
И друг с другом так дружили.
Прыгали они по кочкам,
Спали вместе тёмной ночкой.
А проснувшись поутру,
Начинали вновь игру.
Сесть и встать
И два прыжка.
Вместе весело всегда.

**Зз**
Был один малыш – зайчишка.
Он всего боялся слишком.
Мчался по лесу бегом,
Иль садился под кустом.
Он от всех зверей таился,
Раньше всех он спать ложился.
А, уснув, он видел сон,
Что он храбр и силён.

**Ии**
Ходит по двору индюк.
Словно перьевой сундук.
Он шагает не спеша
С боку на бок, чуть дыша.
Важно крыльями трясёт,
Индюшат к себе зовёт.
А они гуськом бегут
От отца не отстают.

**Кк**
Кустик гнётся на ветру
И роняет он листву.
Ветерок его качает,
Ветки до земли сгибает.
Лишь затихнет ветерок
Кустик ветками взмахнёт.

**Лл**
Лист сорвался и летит,
Тихо в воздухе кружит.
Он всё ниже, ниже, ниже.
Всё к земле он ближе, ближе.
Только дунет ветерок
Лист поднимется с дорог.
Будет дуть осенний ветер,
Будет лист кружить на свете.

**Мм**
Мишка толстый, косолапый.
В зоопарке машет лапой.
То он сядет, то привстанет,
Головой всем покивает.
Целый день гостей смешит.
Ну, а ночью сладко спит.

**Нн**
Ходит важный носорог.
Слышен всюду топот ног.
Вертит он огромным рогом
И глядит на всех он строго.
Топнул раз одной ногой,
А теперь удар другой.
Тяжело шагает он.
Очень толст он и силён.

**Оо**
Вы сегодня обезьянки.
По - английски просто манки.
Покривляемся немножко
И похлопаем в ладошки.
Головой кивнём друг другу
И пожмём соседу руку.
Сядем – встанем и прыжок.
Ты же манки, мой дружок.

**Пп**
Неуклюжий шёл пингвин
Посреди холодных льдин.
И по ледяной дорожке
Прыгал он на правой ножке.
А теперь подскок на левой
И присел, согнув колени.
Встал, присел
И пять прыжков.
Очень климат уж суров.

**Рр**
Так проворны наши руки
Нет им времени для скуки.
Руки вверх, вперёд, назад.
С ними можно полетать.
Мы на пояс их поставим
И наклоны делать станем.
Ими можно помахать.
А, прижав, тихонько спать.
Руки вверх поднимем выше
И легко-легко подышим.

**Сс**
Самолёт летит по небу,
Крылья, подставляя ветру.
Он легонечко парит
И по воздуху кружит.
А теперь пора спускаться,
На посадку приземляться.
Опустились мы легонько
И садимся потихоньку.

**Тт**
Мы, покинув этот класс,
Станем тиграми сейчас.
Ну-ка выпрямись, дружок.
Тигр делает прыжок.
А теперь ещё один.
Ну, а, прыгнув, посидим.
Поглядим по сторонам
И присядем по местам.

**Уу**
Ползёт улитка по тропе
Свой домик носит на спине.
Ползёт тихонько, не спешит
По сторонам всегда глядит.
Ну, а когда устанет очень
И отдохнуть она захочет,
То может быстренько свернуться
И шаром круглым обернуться.

**Фф**
Филин спал в дупле глухом.
Вдруг услышал где-то звон.
Вылез он и посмотрел
Всю округу оглядел.
Повернулся, посидел.
Вдруг вспорхнул и улетел.
В каждый глянул уголок,
Прилетел, и спать залёг.

**Хх**
В норке спал хорёк зимой,
Но проснулся он с весной.
Вверх он лапки потянул,
Головой своей кивнул.
Два прыжка он сделал смело,
Хвостиком вильнул умело.
И помчался он вприпрыжку
Словно озорной мальчишка.

**Цц**
Шёл цыплёнок по дорожке,
Прыгал он на правой ножке.
А ещё кружился смело,
Лапками махал умело.
Он спешил к себе домой
К милой мамочке родной.

**Чч**
Тик да тик часы стучат.
Целый день вперёд спешат.
Три часа на них сейчас,
А теперь вот 6 как раз.
Снова тикают часы
9 нам пробьют они.
У часов тяжёлый труд
Всё они идут, идут.

**Ш**
Я с утра сегодня встал.
С полки шар воздушный взял.
Начал дуть я и смотреть
Стал мой шарик вдруг толстеть.
Я всё дую – шар всё толще,
Дую – толще, дую – толще.
Вдруг услышал я хлопок.
Лопнул шарик, мой дружок.

**Щ**
Во дворе щенок играл
Прыгал, бегал и считал:
Раз – прыжок и три кивка,
Два – направо голова.
Три – налево поворот
И помчался до ворот.
Вдруг он встал, вздохнул и сел
И на всех вокруг глядел.

**Юю**
Стану я сейчас юлой.
На ноге крутнусь одной.
А теперь сменю я ножку
И на ней крутнусь немножко.
Покрутились. А сейчас
Я прошу садиться вас.

**Яя**
Яблоня в моём саду
Гнётся низко на ветру.
Наклонилась вправо, влево.
Покачаться захотела.
Ветки вниз и вверх качнула
И вперёд их протянула.
А как стихнет ветерок
Моя яблонька заснёт.