Особенно важно проводить такие разминки для учеников 2-го класса, ведь они только начинают привыкать к школьной скамье, совсем недавно они попрощались с детским садом и для них еще несколько непривычна новая обстановка

Поэтому обучение детей первого класса должно быть максимально интересным для них и в большинстве своем основанным на игре и физической активности.  
 Преподавателям , которые занимаются английским языком, приведённые ниже физкультминутки также будут полезны и могут быть использованы на своих занятиях.  
В этой статье я приведу физкультминутки с разных источников.   
Итак...  
  
      **Stand up and look**  
Stand up and look around,  
Shake your head and turn around,  
Stamp your feet upon the ground,  
Clap your hands and then sit down.  
              
                 \*\*\*  
**My hands**  
Here's my left hand,  
And here's my right,  
I can clap them  
With all my might.  
  
                \*\*\*  
**Let's make a circle**  
Let's make a cirle, big and round,  
It must be round, you know.  
Now let us bow most to the ground,  
Then up again, just so.  
Next, place, the right hand on your hip,  
And now the left hand, so,  
All to the right must turn about,  
Now running, let us go.  
  
                \*\*\*  
**Exercise**  
My head, my shoulders, my knees, my feet!  
My head, my shoulders, my knees, my feet!  
My head, my shoulders, my knees, my feet!   
 And we'll all clap hands together.  
  
               \*\*\*  
**Can you?**  
Can you hop like a rabbit?  
Can you jump like a frog?  
Can you walk like a duck?  
Can you run like a dog?   
Can you fly like a bird?  
Can you swim like a fish?  
And be still, like a good child,  
As still as you wish?  
  
              \*\*\*  
Hands up, hands down,  
Hands a side, hands on hips,  
Hands a side,  
One, two, tree - hop, hands down.  
Sit down.  
  
             \*\*\*  
Clap, clap, clap your hands, clap your hands together.  
Stamp, stamp, stamp your feet, stamp your feet together.  
Turn, turn, turn around, turn around together.  
Clap, clap, clap your hands, clap your hands together.  
  
             \*\*\*  
Hands on your hips,  
Hands on your knees,  
Put them behind you,  
If you are pleased.  
Touch your shoulders,  
Touch your nose,  
Touch your ears,  
Touch your toes.  
Hands up, hands down,  
Hands on hips and sit down.