**Алфавитные физминутки**

**на уроках обучения грамоте**

**1 класс**

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

**Б**  
Буратино потянулся,

Раз- нагнулся,

Два- прогнулся.

Встрепенулся и пошел.

Шел он, шел и в класс пришел.

**В**

Ветер дует нам в лицо,

Закачалось деревцо.

Ветер тише, тише, тише…

Деревцо все выше, выше, выше!

**Г**

Гуси серые летели

На лужайке тихо сели.

Походили, поклевали,

Потом быстро побежали.

**Д**  
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.

**Ё**  
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.

**Е**  
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.

**Ж**  
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.

**З**

Зайчик быстро скачет в поле.

Очень весело на воле!

Подражаем мы зайчишке,

Непоседы-ребятишки.

Только в лес мы пришли

Появились комары.

Руки вверх – хлопок над головой,

Руки вниз- хлопок другой.

Раз, два, три, четыре,

Пять- хватит по лесу гулять.

Нужно к делу приступать.

**И**  
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.

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

**Л**  
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.

**М**

Медвежата в чаще жили,

Головой всегда крутили – вот так!

Медвежата мед искали,

Дружно дерево качали- вот так!

Вперевалочку ходили

И из речки воду пили – вот так!

А потом они плясали-

Дружно лапы поднимали. Вот так!

**Н**  
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.

**О**  
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.

**П**

Пчелы в ульях сидят,

И в окошко глядят.

Порезвиться захотели-

Друг за другом полетели.

**Р**

Рыбки плавали, плескались.

В чистой свеженькой воде.

То сожмутся, разожмутся,

То зароются в песке.

**С**  
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.

**Т**  
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.

**У**  
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.

**Ф**

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.

**Х**  
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.

**Ц**  
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.

**Ч**  
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.

**Ю**  
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.

**Я**  
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.