**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.