**Вправа «Весела зарядка»**

(ведучий розповідає, а інші показують у русі)

* Щоб машина запрацювала, треба завести мотор;
* Людина, котра спить, схожа на незаведену машину (діти «сплять»);
* Кожен із вас господар свого тіла. Ви можете його «завести» і «вимкнути». Спробуймо! Ви – кошенята, які прокинулися. Витягніть лапки, випустіть кігтики, підніміть мордочки;
* А зараз ви – комашки сонечка, які впали на спину. Лапки догори, намагайтеся перекотитися зі спини на лапки;
* А ось ви – тигри, котрі крадуться у джунглях;
* Станемо осіннім листочком, що тремтить на вітрі;
* Політаємо, як листочок, який відірвався;
* Вдихнемо якнайглибше і перетворимося на повітряні кульки, спробуємо підстрибнути і злетіти м»яко і плавно;
* Тягнемося вгору, як жирафи;
* Пострибаємо, як кенгуру, щоб стати такими ж спритними і сильними;
* А тепер ми – маятники, важкі, громіздкі, похитаємося з боку в бік;
* А зараз ми – пілоти, заведемо мотор літака і злетимо;
* Зігнемося, як лук індіанця, і станемо пружними.

**Вправа «Бульбашка»**

*Мета:* вміння дітей ставати в коло, розвиток відчуття ритму, діяти за сигналом педагога.

Діти разом з педагогом беруться за руки й утворюють коло, спочатку звужують його, потім промовляють:

Наливайся, бульбашко, наливайся,

Залишайся цілою, залишайся!

Поступово діти розширюють коло все більше і більше, доки педагог не скаже: «Луснула бульбашка!». Тоді діти присідають навпопічки і хором промовляють: «Хлоп!».

**Психогімнастика. Гра-вправа «Посварилися – помирилися»**

*Мета:* зняття емоційного напруження; створення теплої атмосфери в групі, хороших взаємин, підняття настрою.

Щічки й губки в нас надулись.

Посварились. Відвернулись.

Ви у коло поверніться –

Усміхніться й помиріться.

Діти діють відповідно до слів дорослого: стають у коло, надувають щоки, сердяться й відвертаються. Потім повертаються обличчям у коло, посміхаються, обнімають одне одного.

**Вправа «Танцюють усі»**

Котика та собаку запрошують на дискотеку. Котик любить повільні танці (плавна музика; вмивається спокійно, рухи обережні, неквапливі).

Собака віддає перевагу швидким танцям (звучить швидка музика; рухи швидкі, стрімкі, незавершені).

**Вправа «Посмішка по колу»**

*Мета:* учити мімікою передавати емоцію радості.

Вихователь: У коло всі ставайте, посмішку передавайте.

На сусіда подивіться і ласкаво посміхніться.

Діти стоять в колі і передають посмішку. Кожна дитина посміхається до свого сусіда, той – до іншого сусіда і т.д.