**Разминка**

Головами покиваем, *(действия соответствуют тексту)*

Носиками помотаем,

И зубами постучим,

И немножко помолчим. (*прижимаем указательные пальцы к губам и выдыхаем «тссс»*)

Плечиками мы покрутим, *(поставив пальцы на плечи, вращаем плечами)*

И про ручки не забудем,

Пальчиками потрясем,

И немножко отдохнем. (*наклонившись, качаем руками «чтобы ручки отдохнули»*)

Мы ногами поболтаем, *(движения по тексту)*

И чуть-чуть поприседаем,

Ножку ножкой подобьем,

И сначала все начнем. *(прыгаем на месте или ритмично хлопаем в ладоши)*