**Занятия с психологом**

**1Д**

**Понедельник 13.04.2020**

Медвежата в чаще жили

Головой своей крутили

Вот так, вот так *(круговые движения головой)*

Головой своей крутили

Медвежата мед искали

Дружно дерево качали

Вот так, вот так,

*(поднять руки вверх и делать наклоны вправо и влево)*

Дружно дерево качали

А потом они ходили *(ходьба по-медвежьи)*

И из речки воду пили

Вот так, вот так,

И из речки воду пили *(наклоны туловища вперед)*

А потом они плясали

*(пружинка с поворотом туловища влево и вправо)*

Лапы выше поднимали

*(прыжки, хлопая руками вверху)*

Вот так, вот так,

Лапы выше поднимали

**Пятница 17.04.2020**

Мы ногами топ, топ

Мы руками хлоп, хлоп

Мы глазами миг, миг

Мы плечами чик, чик

Раз сюда, два сюда

*(повороты туловища вправо и влево)*

Повернись вокруг себя

Раз присели, два привстали

Сели, встали, сели, встали

Словно ванькой-встанькой стали

А потом пустились вскачь

*(бег по кругу)*

Будто мой упругий мяч

Раз, два, раз, два

*(упражнение на восстановление дыхания)*

Вот и кончилась игра.

**Педагог-психолог Дашко Мария Олеговна dashko\_mari@mail.ru**