**Занятия с психологом**

**1 «Б»**

**Понедельник 13.04.2020**

Козонька рогатая,

Козонька бодатая.

*( приставляем "рожки" к голове )*

Убежала за плетень,

Проплясала целый день.

*( весело танцуем )*

Ножками коза топ - топ!

*( топаем ножками )*

Рожками коза хлоп - хлоп!

*( хлопаем в ладоши над головой )*

**Вторник 14.04.2020**

Заинька, попляши,

Серенький, попляши!

Вот так, вот сяк попляши!

*( весело танцуем )*

Заинька, подбодрись,

Серенький, подбодрись!

Вот так, вот сяк подбодрись!

*( танцуем, ручки на поясе )*

Заинька, топни ножкой,

Серенький, топни ножкой,

Вот так, вот сяк топни ножкой.

*( топаем то левой, то правой ножкой )*

Заинька, повернись,

Серенький, повернись!

Вот так, вот сяк повернись!

Заинька, походи,

Серенький, походи!

Вот так, вот сяк походи!

Заинька, поклонись,

Серенький, поклонись!

Вот так, вот сяк поклонись!

**Среда 15.04.2020**

Мы отважные пилоты,

Это наши самолёты -

Два крыла *(махнуть ручками)*,

Одна кабина *(качнуть головой)*

Сзади мощная турбина *(качнуть попой)*

Разбежались и взлетели -

Полетели, полетели.

Там внизу остался дом -

Мы махнём ему крылом!

Выше облака и тучи,

Выше - выше, круче - круче!

По воздушным ямкам *(ныряем по воздуху)*

Пристегните лямки!

**Четверг 16.04.2020**

Мы ногами топаем: топ-топ-топ,

А руками хлопаем: хлоп-хлоп-хлоп.

Носок - пятка, носок - пятка,

а теперь пойдём в присядку.

Приседаем, приседаем

И как птички мы летаем.

На носочках потянулись.

За грибочками нагнулись.

А теперь скорей бежать,

Никому нас не догнать.

**Пятница 17.04.2020**

На лесной полянке в ряд,

Звери делают зарядку.

Заяц головой вращает-

Мышцы шеи разминает.

Делает старательно каждое движенье,

Очень ему нравится это упражненье.

Полосатенький енот

Изображает вертолёт:

Лапками машет назад и вперед,

Словно собрался в далёкий полёт.

Серый волк немного сонный,

Выполняет он наклоны:

"Ты, волчишка, не ленись!

Вправо, влево наклонись,

А потом вперёд, назад,

Получишь бодрости заряд!

Медвежонок приседает,

От пола пятки отрывает,

Спинку держит прямо-прямо!

Так учила его мама.

Ну а белки, словно мячики

Дружно прыгают и скачут!

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