

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 30 имени Марины Лаврентьевны Попович поселка Мостовского муниципального образования Мостовский район



Методическая разработка Физминутки на уроках в начальной школе

Подготовила
учитель начальных классов
МБОУ СОШ № 30 имени М.Л. Попович
Лазуренко Валентина Викторовна

2021 год

1. Пояснительная записка

Одна из самых острых проблем детей школьного возраста - ограничение двигательной активности. Неподвижная поза гораздо утомительнее, чем движение. Пребывание долго в сидячем положении нарушает кровообращение. Без движения у детей возникают зажимы и непроизвольные навязчивые движения. При длительном снижении физической активности органы системы и организма испытывают недостаток кислорода в тканях, что является причиной многих болезней. Мышечный голод для здоровья так же опасен, как и недостаток кислорода. Поэтому при организации процесса обучения необходимо избегать длительного сидения за партой.

Актуальность физминуток.

Современные дети относятся к классу гиперактивных, они не могут долгое время заниматься одним делом, а тем более усидеть на месте. Поэтому вчерашним дошколятам очень сложно адаптироваться к урочной системе. Психологами рекомендовано проводить физминутки для начальной школы. Такие перерывы способствуют отдыху детей и поддержанию внимания на протяжении учебного процесса. Легкие упражнения способствуют быстрому усвоению материала. Кроме того, любое отклонение от рабочего процесса вызывает интерес у ребят. Физминутка - это положительные эмоции учащихся. Снять физическое напряжение позволяют упражнения двигательного характера. Необходимо дать ребенку возможность встать, попрыгать на месте, промаршировать, выполнить приседания. Упражнения должны быть действенными, но простыми. Физические минутки помогают малышу вернуться к образовательному процессу с новыми силами.

У каждого учителя начальной школы имеется педагогическая копилка с большим количеством физминуток. Все дело в том, что они должны быть направлены на активизацию различных видов деятельности у детей.

Виды физминуток в начальной школе:

- для физической активности;
- для снятия перенапряжения со зрительного аппарата;
- для гимнастики пальцев рук;
- для устранения искривления осанки;
- для снятия общего переутомления.

Все эти виды упражнений должны присутствовать в жизни младшего школьника на ежедневной основе. Потребность ребенка в двигательной активности, по мнению психологов, должна составлять не менее 240 минут в день. Нарушение этой рекомендации может повлечь за собой необратимые последствия, как в физическом, так и в психическом развитии. Безусловно, у каждого ребенка начальной школы в силу своего возрастного развития в процессе учебной деятельности наступает потребность в двигательной активности. Им нужно выплеснуть всю накопившуюся энергию.

Основные цели проведения упражнений

Физминутки проводят для того, чтобы:

- помочь ребенку адаптироваться к школьной жизни;
- снять перенапряжение;

- научить правильному отдыху во время занятий;
- способствовать активации необходимого вида деятельности;
- сохранить здоровье младшего школьника.

Учителю начальных классов не стоит бояться потери учебного времени из-за проведения физминутки на уроках в начальной школе. Поскольку если не выделить несколько минут детям для отдыха, то внимание их к изучаемой теме будет потеряно полностью уже на 20 минуте занятия, а, следовательно, материал не будет усвоен. Поэтому физминутки для начальной школы должны быть предусмотрены как на уроках, так и на переменах. Целесообразно в конце учебного дня, на последнем занятии, упражнения проводить дважды за урок, чтобы снять переутомление с детского организма.

Для того чтобы провести физминутку, учитель должен хорошо знать своих учеников, и как только замечено, что треть всего классного коллектива начала отвлекаться, необходимо приостановить занятие и провести пару упражнений. Подбор упражнений проводится при подготовке к уроку и направляется на тот вид деятельности, который больше всего используется в ходе занятия. Участие в отдыхе принимать должен каждый ребенок. Для младших школьников 3-4 классов можно предложить проведение физминуток самими ребятами по очереди.

Учащиеся начальной школы отличаются от детей среднего звена. Все дело в том, что весь их образовательный процесс строится на эмоциональном уровне. Поэтому и физминутки для начальной школы должны вызывать у детей массу положительных эмоций. Только при желании принимать участие в них ребенок может получить расслабление и отдохнуть.

Чтобы вызвать у ребенка положительные эмоции, современный учитель может использовать множество различных факторов – это упражнения, сделанные с любимыми героями, при наличии в классе интернет-ресурса, сопровождение выполняемых упражнений в стихотворной или музыкальной форме. Музыкальные физминутки на уроках в начальной школе – это незаменимые помощники, они дают возможность педагогу не только расслабить детей в физическом плане, но и воспитывать чувство прекрасного, а также развивать слуховые навыки ребенка.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать следующее заключение. Наличие физминуток на уроках в начальной школе – это не прихоть педагога, а неотъемлемая часть образовательного процесса для детей в возрасте от 7 до 10 лет. Кроме этого, используемое многообразие правильно организованного отдыха у учащихся начальной школы помогает следить за их здоровьем и избегать возникновения ситуаций травмирования детей на переменах. Педагогам и родителям стоит помнить, что дети первой ступени обучения, как губки, впитывают все, что им говорят. И правильная выработка умения совмещать отдых и труд в данном возрасте окажет огромную помощь им во взрослой жизни. Но разработку физминуток стоит проводить с учетом особенностей детского организма. Это должны быть легкие упражнения. Чрезмерная физическая активность может негативным образом сказаться на процессе обучения.

2. Классификация физминуток.

Существует бесчисленное множество различных физминуток. В наше время их можно найти в большом количестве книг и в интернете. Но не забывайте, что выбор той самой эффективной, подходящей вашим детям именно сейчас физминутки зависит от того, каким видом деятельности вы в данное время занимаетесь с детьми, что от этого зависит в каком виде отдыха, в каком виде физминутки дети нуждаются больше всего.

Я надеюсь на то, что представленная классификация поможет моим коллегам, создать картотеку физминуток по различным видам и применять их в работе с обучающимися. При желании, возможно сформировать картотеку иначе, разделив физминутки на группы по учебным предметам. Но на мой взгляд, это потребует больших временных затрат при подготовке к уроку.

Физминутки делятся на группы, каждая группа содержит определенные упражнения, направленные на снятие усталости. Усталости чего? Что устало у детей на данном этапе урока? На эти вопросы должен ответить учитель, прежде чем предложить детям проведение физминутки. В данной методической разработке я собрала следующие виды физминуток.

1. Пальчиковая гимнастика.

Дождь

Приплыли тучи дождевые:

- Лей, дождь, лей!

(Ладони вниз, встряхивать кисти рук.)

Дождинки пляшут, как живые:

- Пей, рожь, пей!

(Ладони вверх, встряхивать кисти рук)

И рожь, склоняясь к земле зелёной,

Пьёт, пьёт, пьёт.

А тёплый дождь неутомный

Льёт, льёт, льёт!

(Руки ладонями вниз, встряхивать кисти рук.)

* * *

Мы немного пописали,

Наши пальчики устали.

Наши пальчики встряхнём,

И писать опять начнём.

Мы ладонь к глазам приставим,

Ноги крепкие расставим.

Поворачиваясь вправо,

Оглядимся величаво.

И налево надо тоже

Поглядеть из-под ладошек.
И – направо! И ещё
Через левое плечо!

* * *

Нет, не ветер, чудо-ветер,
И не лес шумит вокруг,
Это просто переменка
Для уставших наших рук.
Каждый пальчик поплясал
И с себя усталость снял.
На моей руке пять пальцев,
Пять щипальцев,
Пять хватальцев.
Чтобы брать и чтоб дарить,
Чтоб строгать и чтоб пилить,
Чтобы их же сосчитать: 1, 2, 3, 4, 5.

* * *

Мы писали, мы писали.
Наши пальчики устали.
Вы скачите, пальчики,
Как солнечные зайчики!
Прыг – скок, прыг – скок,
Прискакали на лужок.
Ветер травушку качает,
Влево - вправо наклоняет.
Вы не бойтесь ветра, зайки,
Веселитесь на лужайке.

* * *

Вот помощники мои, (Хлопки в ладоши)
Их как хочешь поверни. (Вращение рук в кистях)
По дороге белой, гладкой (Ладонка «моет» другую)
Скачут пальцы, как лошадки. (Пальцы «бегают» по столу)
Чок – чок - чок, чок – чок – чок (Постучать в кулачки)
Скачет резвый табунок. (Хлопки в ладоши)

2. Физкультурно-спортивные физминутки.

Часики

Мы тоже можем так.

Мы тоже можем так.

Смотри скорей, который час,

Тик-так, тик-так, тик-так.

Налево раз! Направо раз!
Мы тоже можем так.
Чтоб стать похожим на орла
И запугать собак.
Петух расправил два крыла.
Мы тоже можем так.
(Руки – в стороны, плавно поднимают и опускают руки.)
Пастух в лесу трубит в рожок –
Пугается русак.
Сейчас он сделает прыжок...
Мы тоже можем так.
(Приседают на корточки, поднимают руки к голове, вытягивают
указательные пальцы, как уши зайца и прыгают.)
Идёт медведь, шумит в кустах,
Спускается в овраг.
На двух ногах, на двух ногах
Мы тоже можем так.
(Изображают движение медведя, с покачиванием влево - вправо.)
Теперь пора и отдохнуть,
Устали как-никак.
Поесть, попить и снова в путь.
Мы тоже можем так.
(Разливают чай, пьют, маршируют.)

Лошадки.

Эй, лошадки!
Эй, лошадки, все за мной!
Поспешим на водопой.
(Руки вперёд, пружинистые движения ног.)
Вот широкая река,
В ней холодная вода.
Пейте!
Хороша водица!
(Плавное разведение рук в стороны, наклон вперёд)
Постучим копытцем,
Эй, лошадки, все за мной
Отправляемся домой!
(Притопывание то левой, то правой ногой)

* * *

Не боимся мы пороши –
Ловим снег,
Хлопок в ладоши!
Руки в стороны, по швам –
Снега хватит нам и вам!

Мы шагаем по сугробам,
По сугробам крутолобым.
Поднимай повыше ногу,
Проложи себе дорогу!
Я мороза не боюсь,
С ним я крепко подружусь.
Подойдёт ко мне мороз,
Тронет руку, тронет нос.
Значит, надо не зевать,
Прыгать, бегать и играть.

Буратино

Буратино потянулся,
Раз нагнулся, два нагнулся.
Руки в стороны развёл –
Видно ключик не нашёл.
Чтобы ключик нам достать,
Надо на носочки встать.

Аист

(Спина прямая, руки на поясе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, и также плавно опускают.

Следить за спиной.)

— Аист, аист длинноногий,

Покажи домой дорогу. (Аист отвечает.)

— Топай правой ногою,

Топай левой ногою,

Снова — правой ногою,

Снова — левой ногою.

После — правой ногою,

После — левой ногою.

И тогда придешь домой.

Наши ручки

Руки кверху поднимаем,

А потом их отпускаем.

А потом их развернем

И к себе скорей прижмем.

А потом быстрее, быстрее

Хлопай, хлопай веселей.

Мы топаем ногами

Мы топаем ногами,
Мы хлопаем руками,
Киваем головой.
Мы руки поднимаем,
Мы руки опускаем
И вновь писать начнем.

А часы идут, идут
Тик-так, тик-так,
В доме кто умеет так?
Это маятник в часах,
Отбивает каждый такт (Наклоны влево-вправо.)
А в часах сидит кукушка,
У неё своя избушка. (Дети садятся в глубокий присед.)
Прокукует птичка время,
Снова спрячется за дверью, (Приседания.)
Стрелки движутся по кругу.
Не касаются друг друга. (Вращение туловищем вправо.)
Повернёмся мы с тобой
Против стрелки часовой. (Вращение туловищем влево.)
А часы идут, идут, (Ходьба на месте.)
Иногда вдруг отстают. (Замедление темпа ходьбы.)
А бывает, что спешат,
Словно убежать хотят! (Бег на месте.)
Если их не заведут,
То они совсем встанут. (Дети останавливаются.)

Раз, два — выше голова
Раз, два — выше голова.
Три, четыре — руки шире.
Пять, шесть — всем присесть.
Семь, восемь — встать попросим.
Девять, десять — сядем вместе.

Раз — мы встали
Раз — мы встали, распрямились.
Два — согнулись, наклонились.
Три — руками три хлопка.
А четыре — под бока.
Пять — руками помахать.
Шесть — на место сесть опять.

3. Зарядка.

Одолела нас дремота,
Шевельнуться неохота.
(Дети потягиваются, руки вверх)
Ну-ка, делайте со мною
Упражнение такое:
Вверх, вниз, потянись,
Окончательно проснись.
Сбрось с себя ночную лень –
Впереди рабочий день!
Солнце глянуло в кроватку,
1, 2, 3, 4, 5.
Все мы делаем зарядку.
Надо нам присесть и встать,
Руки вытянуть пошире,
1, 2, 3, 4, 5.
Наклониться – 3, 4.
И на месте поскакать.
На носок, потом на пятку.
Все мы делаем зарядку.

* * *

Мы работали отлично,
Отдохнуть не прочь сейчас.
И зарядка к нам привычно
На урок приходит в класс.
Выше руки, выше пятки,
Улыбнитесь веселей.
Мы попрываем как зайки!
Сразу станем всех бодрей!
Потянулись и вздохнули
Отдохнули? Отдохнули!

* * *

Чтоб совсем проснуться,
Надо потянуться.
Сначала буду маленьким,
К коленочкам прижмусь.
Потом я вырасту большим,
До лампы дотянусь.
Дом построен у сугроба.
А какой вышины?
Вот такой вышины.
Белый коврик у порога.

А какой ширины?
Вот такой ширины.
Погляди-ка, потолки ледяные,
Высоки-превысоки, кружевные.
Мы по лестнице шагаем,
Выше ноги, топ-топ.
Двери комнат отворяем,
Справа – хлоп, слева – хлоп.

* * *

Хомка – хомка, хомячок,
Полосатенький бочок.
Вместе с солнышком встаёт,
Щёчки моет, шейку трёт.
Подметает хомка хатку
И выходит на зарядку.
Раз, два, три, четыре, пять!
Хомка хочет сильным стать.

Листики

Мы листики осенние,
На ветках мы сидим.
Дунул ветер – полетели.
Мы летели, мы летели
И на землю тихо сели.
Ветер снова набежал
И листочки все поднял.
Закружились, полетели
И на землю тихо сели.

* * *

Каждый день по утрам
Делаем зарядку.
(Ходьба на месте.)
Очень нравится нам
Делать по порядку:
Весело шагать, (ходьба)
Руки поднимать, (руки вверх)
Присесть и встать, (6 раз присесть)
Прыгать и скакать (10 прыжков)
Сначала буду маленьким,
К коленочкам прижмусь.
Потом я вырасту большим,
До лампы дотянусь.

* * *

На зарядку, на зарядку,
На зарядку становись!
Начинаем бег на месте,
Финиш – метров через двести!
Раз – два, раз – два,
Раз – два, раз – два!
Хватит – хватит, прибежали,
Потянулись, подышали!

* * *

Научились мы считать
И теперь нас не унять.
Мы считаем всё подряд:
Три стола и двадцать парт.
Хлопнем восемь раз в ладошки,
Восемь раз пружинят ножки,
Два поклона, три поскока,
А теперь наоборот –
Три наклона, два поскока...
Мы готовы пол-урока
Изучать весёлый счёт.

* * *

Марш на месте – не спеша,
Как погода хороша, не боимся мы мороза,
Ловим снег, хлопок в ладоши.
Руки в стороны, по швам.
Снега хватит вам и нам.

* * *

Лёгкие прыжки.
Мягкие шажки.
Вот и вся зарядка.
Тихая посадка.

4. Сюжетно – ролевые игры.

* * *

Я на скрипочке играю,
Тили-ли, тили-ли.
Пляшут зайки на лужайке,
Тили-ли, тили-ли.
А теперь на балалайке
Тренди-брень, тренди-брень.

Скачут зайки на лужайке,
Тренди-брень, ьренди-брень.
А теперь на барабане
Бум-бум-бум!
В страхе зайки разбежались
По кустам, по кустам.

* * *

В небе плавает луна.
В облака зашла она.
Раз, два, три, четыре, пять —
Мы должны луну достать.
Шесть, семь, восемь,
Девять, десять —
И пониже перевесить.
Десять, девять, восемь, семь —
Чтоб луна светила всем.

* * *

Мы танцуем «Хлопай-топай»
Утром, днём и вечером!
Лучший танец — «Хлопай-топай»,
Когда делать нечего...
Кем бы ни был ты — отличник
Иль совсем наоборот,
Разучите танец этот
И танцуйте целый год!

* * *

Мы к лесной лужайке вышли,
Поднимали ноги выше,
Через кустики и кочки,
Через ветви и пенёчки.
Кто из нас вот так шагал —
Не споткнулся, не упал.
Вот мы в лес пришли,
Белый гриб нашли.
Вот грибок, другой грибок,
Положу их в кузовок.

Карусели

Карусели. Карусели.
Мы с тобой в машину сели
И поехали.
(Дети «крутят руль» руками.)

Карусели. Карусели.
Мы с тобою в лодку сели.
И поплыли.
(Дети «гребут вёслами»)
Карусели. Карусели.
Мы с тобой в ракету сели
И взлетели.
(Дети тянут руки вверх.)

* * *

Ой-ой-ой! Ой-ой-ой!
К нам пришёл волшебник злой!
Он руками помахал,
Всех детей заколдовал.
Дети головы склонили,
Замолчали и застыли.
Но пришли друзья-зверюшки,
Вмиг злодея вон прогнали
И детей расколдовали.
А теперь пора плясать,
Нам не надо унывать!

5. Пантомимическая гимнастика.

Самолёт

Руки подняли вразлёт –
Появился самолёт.
Мах крылом туда-сюда,
Делай раз и делай два.
Флюгер есть теперь у нас
Завращается сейчас.
Ветер справа, ветер слева,
Флюгер вертится умело.

* * *

Поднимите плечики, прыгайте, кузнечики.
Выше, выше, высоко прыгай на носках легко.
А теперь травку покушайте,
Тишину послушайте.
Мы по ягоды идём, дружно ягоды берём.
Посмотри-ка, погляди-ка: ах, какая земляника!
Ниже, ниже приседай.
А теперь скорей вставай.

* * *

Мы весёлые матрёшки,
Ладушки, ладушки.
На ногах у нас сапожки,
Ладушки, ладушки.
В сарафанах наших пёстрых,
Ладушки, ладушки.
Мы похожи, словно сёстры,
Ладушки, ладушки.

Поезд

Вот наш поезд едет, колёса стучат,
А в этом поезде ребята сидят.
Пыхтит паровоз,
Далеко, далеко
Ребят он повёз.
Загудел паровоз и вагончики повёз:
«Чу – чу – чу, далеко я укачу!»
Вагончики зелёные
Бегут, бегут, бегут.
А круглые колёсики
Всё тук. Да тук. Да тук.

Зайцы

Взялись зайцы за бока,
Заплясали гопака.
Прилетели утки,
Заиграли в дудки.
Ах, какая красота,
Заиграли в дудки.
Лапки вверх, лапки вниз,
На носочки подтянись.
Лапки ставим на бочок,
На носочках скок-скок-скок.
А затем вприсядку,
Чтоб не мёрзли пятки.

* * *

Влез опёнок на пенёк,
Постоял один денёк,
На ветру качался,
Низко наклонялся.
Тоненький – тоненький,
Ножка, что соломинка.
А потом склонился
И совсем свалился.

Сова

В лесу темно, все спят давно.
Все птицы спят,
Одна сова не спит,
Летит, кричит.
Совушка - сова,
Большая голова,
На суку сидит,
Головой вертит,
Во все стороны глядит,
Да вдруг – как полетит!

Мышки

Вышли мышки как-то раз
Посмотреть, который час.
Раз, два, три, четыре –
Мышки дёрнули за гири.
Тут раздался страшный звон
Побежали мышки вон.

* * *

На одной ноге постой-ка,
Будто ты солдатик стойкий.
Ногу правую – к груди.
Да смотри – не упади!
А теперь постой на левой,
Если ты солдатик смелый.

* * *

Снегири (лебеди) летят, крыльями машут,
Проснулись (пронеслись) над водой, качают головой.
Прямо и гордо умеют держаться,
Тихо, бесшумно на ветки садятся.

* * *

Чтоб все выполнить задания,
Чуть-чуть нам надо отдохнуть.
Ну, ребята, дружно встанем.
Надо косточки встряхнуть.
Руки вверх, назад прогнулись.
Сейчас сделаем наклоны –
Все к упражнению готовы?
Раз, два, три, четыре, пять,

Теперь спинки держим ровно.
На месте будем мы шагать.
Тихо все на место сядем
И закроем глазки.
Вспомните всё, что повторяли,
Без моей подсказки.

Косари

Тишина стоит вокруг,
Вышли косари на луг.
Взмах косой туда-сюда,
Делай «раз» и делай «два».
(Дети делают движения прямыми руками
влево и вправо с поворотом туловища).

Кузнец

Эй, кузнец-молодец,
Захромал мой жеребец.
Ты подкуй его опять.
Отчего ж не подковать?
Вот гвоздь, вот подкова.
Раз, два – и готово.
(Дети шагают, припадая то на одну, то на другую ногу,
разводят руки в стороны, кулаками ударяют перед собой
в воздухе на каждое слово – всего 8 раз.)

Клён

Ветер тихо клён качает,
Вправо, влево наклоняет:
Раз – наклон и два – наклон,
Зашумел листвою клён.
(Ноги на ширине плеч, руки за голову.
Наклоны туловища вправо и влево.)

На параде

Как солдаты на параде,
Мы шагаем ряд за рядом,
Левой – раз, левой – раз,
Посмотрите все на нас.
Все захлопали в ладошки –
Дружно, веселей!
Застучали наши ножки –
Громче и быстрее!
По коленочкам ударим –
Тише, тише, тише.

Ручки, ручки поднимаем –
Выше, выше, выше.
Завертелись наши ручки,
Снова опустились.
Мы на месте покружились
И остановились.

* * *

Подуем на плечо,
Подуем на другое.
Нас солнце горячо
Пекло дневной порою.
Подуем мы на грудь,
Подуем в облака
И остановимся пока.

* * *

Мы, туристы, мы в пути.
Веселей шагайте ноги,
Легче выдох, глубже вдох.
Путь не близок, не далёк.
Впереди течёт ручей,
Перепрыгнем поскорей.

6. Гимнастика для глаз

А сейчас, а сейчас
Всем гимнастика для глаз.
Глаза крепко закрываем,
Дружно вместе открываем.
Снова крепко закрываем
И опять их открываем.
Смело можем показать,
Как умеем мы моргать.
Головою не верти,
Влево посмотри,
Вправо погляди.
Глазки влево, глазки вправо -
Упражнение на славу.
Глазки вверх, глазки вниз,
Поработай, не ленись!
И по кругу посмотрите.
Прямо, ровно посидите.
Посидите ровно, прямо,
А глаза закрой руками.

Руки за спину, головки назад.
(Закрывать глаза, расслабиться)
Глазки пускай в потолок поглядят.
(Открыть глаза, посмотреть вверх)
Головки опустим - на стол погляди.
(Вниз)
И снова наверх - где там муха летит?
(Вверх)
Глазами повертим, поищем ее.
(По сторонам)
И снова рисуем. Немного еще.

Раз –налево, два – направо,
Три –наверх, четыре - вниз.
А теперь по кругу смотрим,
Чтобы лучше видеть мир.
Взгляд направим ближе, дальше,
Тренируя мышцу глаз.
Видеть скоро будем лучше,
Убедитесь вы сейчас!
А теперь нажмем немного
Точки возле своих глаз.
Сил дадим им много-много,
Чтоб усилить в тыщу раз!

* * *

Мы гимнастику для глаз
Выполняем каждый раз.
Вправо, влево, кругом, вниз,
Повторить ты не ленись.
Укрепляем мышцы глаза.
Видеть лучше будем сразу.

* * *

Глазки вправо, глазки влево,
И по кругу проведем.
Быстро – быстро поморгаем
И немножечко потрем.
Посмотри на кончик носа
И в «межбровье» посмотри.

Круг, квадрат и треугольник
По три раза повтори.
Глазки закрываем,
Медленно вдыхаем.
А на выдохе опять
Глазки заставляй моргать.
А сейчас расслабились
На места отправились.

Автобус.

Мы в автобусе сидим,
Во все стороны глядим.
Глядим назад, глядим вперед,
А автобус не везет.
Внизу речка – глубоко,
Вверху птички – высоко.
Щётки по стеклу шуршат
Все капельки смести хотят.
Колёса закружились
Вперёд мы покатались.

Сова.

В лесу темно.
Все спят давно.
Только совушка-сова,
большая голова,
На суку сидит,
во все стороны глядит.
Вправо, влево, вверх и вниз,
Звери, птицы, эх, держись!
осмотрела все кругом –
за добычею бегом!

Часы

Тик-так, тик-так
Все часы идут вот так: тик-так, тик-так,
Налево раз, направо раз,
Мы тоже можем так,
Тик-так, тик-так.

* * *

Мы ладонь к глазам приставим,
Ноги крепкие расставим.
Поворачиваясь вправо,

Оглядимся величаво.
И налево надо тоже
Поглядеть из под ладошек.
И – направо! И еще
Через левое плечо!

Хомка - хомка хомячок,
Полосатенький бочок.
Хомка рано встаёт
Глазки свои хомка трет.
Поморгает – раз, два, три
Вдох и выдох. Посмотри
Далеко ручей бежит,
На носу комар пищит.
Смотрит хомка выше, ниже,
Вправо, влево, дальше, ближе...
Осмотрел он все кругом
Прыг! и в норочку бегом!