



ФИЗМИНУТКА

Презентация разработана для родителей и педагогов



Физминутка— это веселые физические упражнения, направленные на снятие усталости.

Физминутки бывают:

1. Физминутки - разминки (двигательно – речевые)
2. Упражнения для глаз.
3. Пальчиковая гимнастика.
4. Релаксационные упражнения

В данной презентации предоставлены двигательно- речевые физминутки и загадки к ним.



Загадка.

Каждый год на нем с охотой
Вырастают вертолеты.
Жаль, что каждый вертолет
На всего один полет.



Клен

Физминутка «Клен».



- ❧ **Ветер тихо клен качает,**
- ❧ **Влево, вправо наклоняет.**
- ❧ **Раз — наклон**
- ❧ **И два наклон.**
- ❧ **Зашумел листвою клен.**



Загадка.



**Всех боится он в лесу:
Волка, филина, лису.
Бегает от них, спасаясь,
С длинными ушами...**



Заяц.

Физминутка

«Заяц».

- ☞ Скок-поскок, скок-поскок,
- ☞ Заяц прыгнул на пенек.
- ☞ Заяцу холодно сидеть,
- ☞ Нужно лапочки согреть,
- ☞ Лапки вверх, лапки вниз,
- ☞ На носочках подтянись,
- ☞ Лапки ставим на бочок,
- ☞ На носочках скок-поскок.
- ☞ А затем вприсядку,
- ☞ Чтоб не мерзли лапки.



Загадка.

Нектаром питается,
Росой напивается,
Солнышко любит,
Растениям служит!



Бабочка

Физмимутка «Бабочка».



- ☞ Спал цветок и вдруг проснулся,
- ☞ Больше спать не захотел,
- ☞ Шевельнулся, потянулся,
- ☞ Взвился вверх и полетел.
- ☞ Солнце утром лишь проснется,
- ☞ Бабочка кружит и вьется.



Хвост пушистый бережёт
И зверюшек стережёт:
Знают, рыжую в лесу –
Очень хитрую (лису)



Весело в лесу

Зайцы утром рано встали,

Весело в лесу играли.

По дорожкам прыг-прыг-прыг!

Кто к зарядке не привык? *(Прыжки на месте.)*

Вот лиса идёт по лесу.

Кто там скачет, интересно? *(Ходьба на месте.)*

Чтоб ответить на вопрос,

Тянет лисонька свой нос. *(Потягивания — руки вперёд.)*

Но зайчата быстро скачут.

Как же может быть иначе? *(Прыжки на месте.)*

Тренировки помогают!

И зайчата убегают. *(Бег на месте.)*

Вот голодная лиса *(Ходьба на месте.)*

Грустно смотрит в небеса. *(Потягивания — руки вверх.)*

Тяжело вздыхает, *(Глубокие вдох и выдох.)*

Садится, отдыхает. *(Дети садятся за парты.)*



Без расчески причесался
И умылся без воды,
В кресло мягкое забрался
И запел на все лады.

Ответ: Кот, Кошка.



Кошка учится считать

Раз, два, три, четыре, пять, *(Хлопаем в ладоши.)*

Целый месяц под дождем *(Топаем ногами.)*

Кошка учится считать. *(Хлопаем в ладоши.)*

Мокнет крыша, мокнет дом, *(Прыжки на месте.)*

Мокнут лужи и поля, *(Руки в стороны-на пояс.)*

Потихоньку, понемножку *(Приседания.)*

Мокнет мокрая земля. *(Прыжки на месте.)*

Прибавляем к мышке кошку. *(Хлопаем в ладоши.)*

И далеко от земли *(Топаем ногами.)*

Получается в ответ: *(Прыжки на месте.)*

Мокнут в море корабли. *(Хлопаем в ладоши.)*

Кошка есть, а мышки нет! *(Шагаем на месте.)*



**Презентацию разработала воспитатель
МБДОУ - д/с № 7
Чернодуб Олеся Сергеевна.**

