

Презентация «Сочиняем физкультминутки»



Пожалейте свои игрушки!



ПОЖАЛЕЙТЕ ИГРУШКИ

Дети спят, сопит Надюшка,
(Присесть, сложить ладони вместе у щеки)

Вьются кудри по подушке.

(Покрутить пальчиками вокруг волос)

Тишина...

(приложить указательный палец ко рту)

И вдруг в коробке

(присесть и руки сложить домиком над головой)

Зашептали куклы робко.

Тихо молвит кукла Катя,

(приложить указательный палец ко рту, а потом ладошки, сложив домиком, поднести к губам)

Поправляя складки платья:

(погладить руками низ одежды)

– Как мне нравится хозяйка –

И добра, и не лентяйка.

(приложить с улыбкой руку к груди)

С ней согласна кукла Вита:

– Мы ухожены, умыты,

(руками погладить щёчки)

Как родные ей игрушки,

(приложить с улыбкой руку к груди)

И зовёт всех нас – «подружки».

(вытянуть руку вперед, изобразить рукопожатие)

Тут, скрепя во все колёса,

(покачать туловищем в стороны)

Конь катится с битым носом.

(продолжать покачиваться, показывая пальцем на нос)

– Ну, а наш хозяин, Петя, –

Шаловливей всех на свете!

(прыжки на месте с поворотами)

– Да, да, да, – прибавил мишка

В замусоленных штанишках, –

(потереть руками штанишки)

Он не любит нас, бедняжек,

Никому не даст поблажек!

(вытянуть руку вперед, погрозить пальцем)

Добрый Сон, услышав это,

Полетел по белу свету

(взмахи руками, как крыльями птиц)

Шалунам твердить на ушки:

– Пожалейте, вы, игрушки!

(ладошки, сложив домиком, поднести ко рту и пошептать)

(Ирина Романова)

ПРОСТИ, МОЙ ДРУГ

Как здорово, что я тебя нашёл,
(похлопать в ладоши)

Зайчишка мой, и ласковый и милый!
(обхватить себя за плечи и погладить)

За шкаф упал ты на холодный пол,
(прыгнуть и присесть)

Лежал там одиноко и уныло.
(присесть и наклонить туловище в сторону, руки под щеку)

Мне радостно, что друга я нашёл!
(похлопать в ладоши)

Очищу пыль, помою мылом лапки,
(потереть рука о руку, как бы мыть их)

Накрою для тебя я вкусный стол,
(поднести кончики пальцев ко рту, как бы есть)

Ну, а потом сыграем вместе в прятки.
(присесть и закрыть лицо руками)

Как счастлив я, что друга отыскал!
(похлопать в ладоши)

Обнимемся, уснём с тобою сладко,
(обхватить себя за плечи и наклонить голову в сторону)

И нам приснится новогодний бал,
Где Дед Мороз подарит шоколадки.
(руки вытянуть вперед и как бы что-то давать)

Как жаль мне, что когда-то ты пропал.

Прости, мой друг, что долго не искал.
(приложить руку к груди, опустить голову, показывая, что виноват и просишь прощение)

(Ирина Романова)





КУКЛА и КАТЯ

– Пора вставать! –
Сказала кукле Катя. –
(руки плавно поднять вверх, потянуться)
Иди, умойся,
Косу заплети,
(изобразить умывание, плетение косы)
Сама надень
И башмаки, и платье –
(изобразить одевание)
Трудолюбивой девочкой расти!
(похлопать руками)

Тут кукла ей
В ответ пролепетала:
(ладошки, сложив домиком, поднести ко рту)
– Тебе же мама
Косу заплетала!
(поднять руки к голове, изобразить плетение косы)
Сестра тебе надела башмаки,
(нагнуться, изобразить надевание обуви)
А папа завязал тебе шнурки...
(нагнуться, «завязать шнурки»)
– Не спорь со мною!
(ударить легко кулачком о кулачок)
Надевай чулочки,
Потом пойдешь,
(шаги на месте)
Польёшь мои цветы!
(руку вперед, изобразить полив с лейки)
– Я не хочу!
(топнуть ногой)
– Какая же ты дочка?
(развести руки в стороны, пожать плечами)
– Такая же ленивая,
Как ты!
(вытянуть руку вперед, погрозить пальцем)
(Георгий Ладонщиков)



ПОРТНИХА

Лена куклу нарядила:
(руками погладить одежду)
Платье новое ей сшила,
(изобразить шитьё иголкой)
На подол и рукава
Пристегнула кружева.
*(согнуться и пальцами рук
коснуться низа одежды и рукав)*
Куклу хвалят все игрушки:
«До чего ж красив наряд!»
(похлопать в ладоши)
Лену хвалят все подружки.
«Вот портниха!» – говорят.
*(руки прижать к груди
и сделать поклон головой)*
(Георгий Ладонщиков)

Я УЖЕ БОЛЬШАЯ

Я выросла большая!
*(поднять руки вверх, стать
на цыпочки)*
Кто скажет, что мала?
(присесть)
Я достаю до края
(похлопать себя по плечу)
Огромного стола.
(поднять руки вверх)
Могу я, как большие,
Работать за столом.
(присесть на корточки)
Карандаши цветные
Возьму я и альбом.
*(протянуть руку вперед
и имитировать движение)*
И кукол и посуду
Я спрячу под кровать.
(присесть подвигать руками)
И плакать я не буду –
(потереть пальцами глаза)
Я буду рисовать!
(изобразить рисование)
(Сильва Капутикян)



ЛЁТЧИК

Стала бабушка
Старенькой, хворою,
(опустить голову, покачаться)

От ходьбы она
Устает.

*(присесть, «обтереть пот
со лба»)*

Храбрым летчиком
Стану скоро я,
*(оставить руки в сторону
и покачать как крыльями
самолёта)*

Посажу её в самолет.
(присесть, руки на пояс)

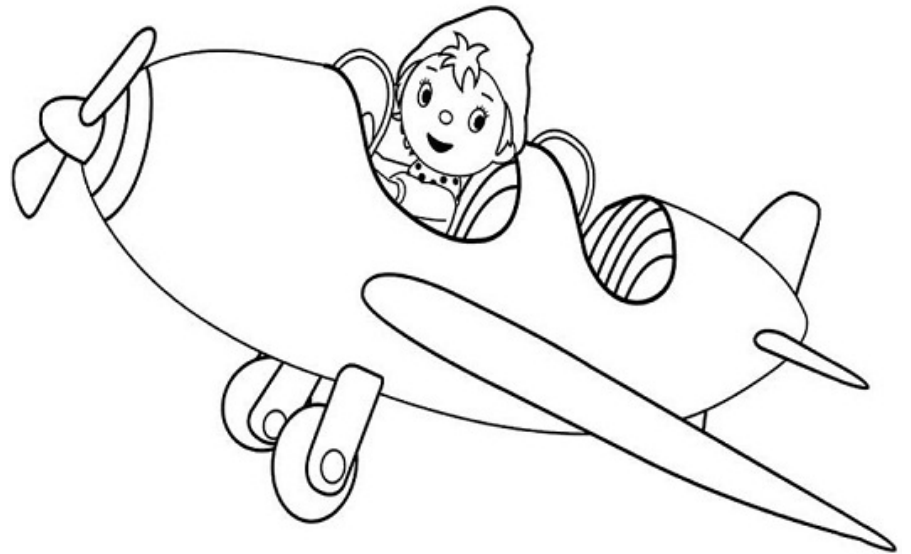
Не трягну её,
Не качну её.

Отдохнет она
Наконец.

*(присесть на корточки,
положить руки на колени)*

Скажет бабушка:
«Ай да внучек мой,
Ай да летчик мой,
Молодец!»

*(руки прижать к груди и сделать
поклон головой)*
(Сильва Капутикян)



МАЛЬЧИК И ЧАСЫ

Мальчик: Нельзя ль мне, часики,
сказать –

*(ладошки, сложив домиком, поднести
ко рту)*

Мне очень хочется узнать,

*(широко развести руки в стороны,
пожать плечами)*

Какой зверек внутри сидит

*(приложить ладони к голове как уши и
шевелить ими)*

И все «тик-так, тик-так» твердит?

*(ладошки, сложив домиком, поднести
ко рту)*

Часы: Узнаешь скоро, мой дружок,

Что тут искусство – не зверек.

*(приложить ладони к голове как уши, и
повертеть влево-вправо – нет, не
зверёк)*

Меня уж в давний-давний век

Придумал умный человек

*(поднести руки к голове и наложить
ладони на лоб)*



И всех заставил повторять:

«Не надо времени терять!»

*(постучать пальцем по другой руке,
как по часам)*

(Клавдия Лукашевич)

СНЕГОВИК

Я наблюдала из окна

(поднести ладонь к глазам)

Однажды в декабре:

(прижать к груди руки крест

на крест, сдвинуть плечи

и показать что холодно)

Весь день лепил снеговика

Мальчонка во дворе.

(вытянуть руки вперед и изобразить,

что лепишь ладонями снег)

Он весь вспотел, он так устал –

Работа нелегка,

(присесть, «обтереть пот со лба»)

Но все же дела не бросал –

Лепил снеговика.

(лепишь ладонями снег)

Морковный нос, веселый рот,

(улыбаясь, показать на нос и на рот)

Глаза из угольков.

(показать пальцем на глаза)

Ну, вот уж вечер настает,

И снеговик готов.

(радостно развести руки в стороны)

Ушел мальчонка отдыхать,

(пошагать на месте)

В тепле попить чайку.

(поднести большой палец ко рту

имитируем, как пьем)

Придется одному стоять

Теперь снеговика.

(показать указательным пальцем)

Но чья-то злобная рука

Забавы, скуки ради

(сложить руку в кулачок

и помахать ею у груди)

Разрушила снеговика,

(потопать ногами на месте)

На красоту не глядя.

(поднести ладони к щекам

и покачать головой)

О, сколько горя испытал

Тот мальчик поутру! –

(грустно склонить голову)

Поймите, дети, и всегда

Чужой цените труд.

(похлопать в ладоши)

(Елена Михаленко)



МОСТОК

Прыг да скок,

Прыг да скок

(попрыгать на месте)

Возле самой двéри...

Нелегко ручеёк

Перепрыгнуть Вере.

(прыгать вперед-назад)

Две дощечки взяла,

Положила рядом.

(присесть и потрогать пальцами пол)

Прыг да скок –

(попрыгать на месте)

И пошла

По дорожке садом.

(шагать на месте)

Не обходят ручей

Верины подружки.

(шагать на месте)

По мостку шагают к ней

Поиграть в игрушки.

(«покачать куклу на руках»)

(Григорий Люшнин)

ПОМОЩНИЦА

У Танюши дел немало,

У Танюши много дел:

(потопать ногами, похлопать руками)

Утром брату помогала,

Он с утра конфеты ел.

(поднести кончики пальцев ко рту, как бы есть)

Вот у Тани сколько дела:

Таня ела, чай пила,

(поднести большой палец ко рту имитируем, как пьём)

Села, с мамой посидела,

(присесть)

Встала, к бабушке пошла.

(походить на месте, топать)

Перед сном сказала маме:

(руки через стороны вверх, потянуться)

– Вы меня разденьте сами,

(погладить руками одежду)

Я устала, не могу,

(присесть «обтереть пот со лба»)

Я вам завтра помогу.

(вытянуть вперед руку и махнуть)

(Агния Барто)



ГОЛОС АНГЕЛА

Не спеши, постой, голубчик,
Не беги во двор играть.

(побегать на месте)

Слышишь: кто-то тебя учит
(показать двумя пальцами на уши)

Все игрушки подобрать.
(наклониться и «собирать» игрушки)

Вымыть чашку из-под сока
(изобразить мытьё чашки)

И цветы полить скорей,
(изобразить полив из лейки цветов в горшках)

Поснимать машинки с окон,
Пластелин содрать с дверей,
(изобразить, что палочкой счищаешь пластилин)

Стул накрыть красивым пледом,
(руки вперед, изобразить это движение)

С пианино пыль стереть...
(изобразить это движение)

Ну, теперь на все на это
Любо-дорого смотреть!
(похлопать в ладоши)

Папа, мама, приходите,
(шагать на месте)

Посидите, отдохните.
(присесть на корточки)

Может суп вам подогреть?

(Улыбнуться и широко развести руки в стороны)

Это совесть научила
(приложить правую руку к сердцу)

Потрудиться малыша.
(потопать ногами, похлопать руками)

Мама сына похвалила,
Расцвела ее душа.

(приложить правую руку к сердцу)
(Татьяна Дашкевич)

