Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Курагинский детский сад №1 «Красная шапочка»

комбинированного вида

Разработка тематических физкультминуток

Во 2 мл. группе по теме «Одежда»

В средней группе по теме «Перелётные птицы»

В старшей группе по теме «Зимние забавы»

В подготовительной группе по теме «Осень»

|  |
| --- |
| Составила: воспитатель  Фильченко Светлана Владимировна |

п. Курагино

сентябрь 2015год

**Вторая младшая группа 2-3 года**

**Физкультминутки по теме «Одежда»**

**1. САПОЖКИ**

Я умею обуваться,             (руки на поясе, топать ногами)

Если только захочу (руки на поясе, повороты головы в стороны)

Я и маленького братца

Одеваться научу                (приседания)

Вот они-сапожки               (показать ручками на обувь)

Этот-с левой ножки (выставить левую ногу вперед)

Этот- с правой ножки     ( выставить правую ногу вперед)

**2. МАША-РАСТЕРЯША**

Ищет вещи Маша,       (поворот в одну сторону)

Маша растеряша          (поворот в другую сторону, в исходное положение)

И на стуле нет,             (руки вперёд, в стороны)

И под стулом нет,        (присесть, встать, развести руки в стороны)

На кровати нет,            (руки опустили)

Под кроватью нет.       (поднять, опустить плечики)

Вот какая Маша,          (наклоны головы влево-вправо),

Маша растеряша!            («погрозить» указательным пальцем).

**3. ВЕТЕР**

Ветер дует нам в лицо              (движения кистями рук в сторону лица)

Закачалось деревцо                  (покачивание в стороны поднятыми руками)

Ветер тише, тише, тише           (приседания)

Деревцо все выше, выше          (встают и поднимают руки вверх)

**4. САМОЛЕТЫ**

Самолёты загудели,                 (вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)

Самолёты полетели.                (руки в стороны, поочерёдные наклоны влево и вправо)

На полянку тихо сели,             (присесть, руки к коленям)

Да и снова полетели.                (руки в стороны, "летим" по кругу.)

У-у-у-у-у-у..

**5.ЖИЛИ-БЫЛИ ЗАЙЧИКИ**

Жили-были зайчики (Показывают руками заячьи уши)

На лесной опушке, (Разводят руками)

Жили-были зайчики (Приседают и показывают руками над головой

крышу дома)

В маленькой избушке,

Мыли свои ушки, (Трут ушки)

Мыли свои лапочки (Поглаживающие движения рук)

Наряжались зайчики, (Руки на пояс, повороты вправо-влево)

Надевали тапочки. (Поочерёдно выставляют ноги на пяточки)

**СРЕДНЯЯ ГРУППА 3-4 года**

**Физкультминутки по теме «Перелётные птицы»**

**1. Стая птиц**

Стая птиц летит на юг,  
Небо синее вокруг. (Дети машут руками, словно крыльями.)  
Чтоб скорее прилетать,  
Надо крыльями махать. (Дети машут руками интенсивнее.)

**2. Птицы**

Лебеди летят, крыльями машут (Дети машут руками)  
Прогнулись над водой, качают головой   (Качают головой)  
Прямо и гордо умеют держаться   (Распрямляют спину)  
Очень бесшумно на воду садятся   (Садятся)

**3. Перелетные птицы**

Птички прыгают, летают (Дети прыгают)  
Крошки птички собирают. («Клюют»)  
Пёрышки почистили,  
Клювики почистили   (Изображают)  
Птички летают, поют (Машут руками)  
Зёрнышки клюют (Наклоняются)  
Дальше полетели  
И на место сели   (Улетают», садятся)

**4. Скачет шустрая синица**

Скачет шустрая синица, (Прыжки на месте на двух ногах.)   
Ей на месте не сидится, (Прыжки на месте на левой ноге.)   
Прыг-скок, прыг-скок, (Прыжки на месте на правой ноге.)   
Завертелась, как волчок. (Кружимся на месте.)   
Вот присела на минутку, (Присели.)   
Почесала клювом грудку, (Встали, наклоны головы влево-вправо.)   
И с дорожки — на плетень, (Прыжки на месте на левой ноге.)   
Тири-тири, (Прыжки на месте на правой ноге.)   
Тень-тень-тень! (Прыжки на месте на двух ногах.)

**СТАРШАЯ ГРУППА 5-6 лет**

**Физкультминутки по теме: «Зимние забавы»**

**1.** **Зимние забавы**

Мы зимой в снежки играем, мы играем, мы играем.

По сугробам мы шагаем, мы шагаем, мы шагаем.

И на лыжах мы бежим, мы бежим, мы бежим.

На коньках по льду скользим, мы скользим, мы скользим.

И снегурку лепим мы, лепим мы, лепим мы.

Гостью зиму любим мы, любим мы, любим мы.

**2.** **Лыжи**

Мы бежим с тобой на лыжах                (Дети «скользят» на лыжах)

Снег холодный лыжи лижет                 (Дети «скользят», поочередно ногами)

А потом – на коньках,                           (Руки за спиной «бегут» на коньках)

Но упали мы. Ах!                                   (Приседают)

А потом снежки лепили,               (Лепят снежки, сверху то одна рука,

то другая)

А потом снежки катили,                       (Катят воображаемый комок)

А потом без сил упали                          (Падают)

И домой мы побежали                          (Бегут по кругу)

**3. Снег**

Как на горке снег, снег,            (Встаем на носочки, руки вверх)  
И под горкой снег, снег.           (Приседаем)  
И на елке снег, снег,               (Встаем, руки в стороны)  
И под елкой снег, снег.           (Обхватываем себя руками)  
А под снегом спит медведь,     (Покачались из стороны в сторону, руки

согнутые в локтях, перед грудью,

ладони от себя)  
Тише, тише, не шуметь            (Пальчик к губам, шепотом)

**4. Зима**

Солнце землю греет слабо,                 (Руки вверх и вниз.)  
По ночам трещит мороз,                     (Руки на пояс, наклоны в стороны.)  
Во дворе у снежной Бабы                     (Руки на пояс, поворот вокруг себя.)  
Побелел морковный нос.                      (Дети показывают нос.)  
В речке стала вдруг вода  
Неподвижна и тверда,                          (Прыжки на месте.)  
Вьюга злится,  
Снег кружится,                                     (Дети кружатся.)  
Заметает все кругом  
Белоснежным серебром.                      (Плавные движения руками.)

**5. Зимнее окошко**

Посмотри в окошко:       (Имитация)  
Белая дорожка,             (Волнистые движения кистями рук)  
Занесло качели,             (Вращение руками)  
Спят под снегом ели.     (Приседание с закрытыми глазами)  
В небе желтая луна.        (Подтягивание на носочках)  
Лишь одна не спит она.   (Круговые движения головой)

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА 6-7лет**

**Физкультминутки по теме «Осень»**

**1**. **Осень**

Березы косы расплели,

Руками клены хлопали,

Ветра холодные пришли,

И тополи затопали.

Поникли ивы у пруда,

Осины задрожали,

Дубы, огромные всегда,

Как будто меньше стали.

Все присмирело.

Съежилось,

Лишь елочка пригожая

К зиме похорошела.

**2.** **Гриб**

Гриша шел — шел - шел, (Шагаем на месте.)

Белый гриб нашел. (Хлопки в ладоши.)

Раз-грибок, (Наклоны вперед.)

Два - грибок, (Наклоны вперед.)

Три - грибок, (Наклоны вперед.)

Положил их в кузовок. (Шагаем на месте. Декламируя стихотворение, дети имитируют движения грибника: идут, нагибаются и кладут грибы в кузовок. Движения должны быть неторопливыми, ритмичными.)

**3.** **Солнце вышло из-за тучки**

Солнце вышло из-за тучки,

Мы протянем к солнцу ручки. (Потягивания — руки вверх.)

Руки в стороны потом

Мы пошире разведём. (Потягивания — руки в стороны.)

Мы закончили разминку.

Отдохнули ножки, спинки.

**4. Яблоня**

Вот так яблоко! Оно сока сладкого полно.

Руки протяните, яблоко сорвите.

Стал ветер веточку качать, трудно яблоко достать.

Подпрыгну, руку протяну и быстро яблоко сорву.

**5.** **Мы листики осенние**

Мы листики осенние, (Плавное покачивание руками вверху над головой.)

На ветках мы сидим.

Дунул ветер — полетели. (Руки в стороны.)

Мы летели, мы летели

И на землю тихо сели. (Присели.)

Ветер снова набежал

И листочки все поднял. (Плавное покачивание руками вверху над головой.)

Закружились, полетели

И на землю снова сели. (Дети садятся по местам.)