

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №164» общеразвивающего вида
с приоритетным осуществлением деятельности
по художественно - эстетическому развитию детей
города Чебоксары Чувашской республики

Григорьева Елена Витальевна
инструктор
по физической культуре

Физкультминутки,

используемые на занятиях по продуктивной деятельности.

Как известно, физкультминутки используются для предупреждения утомления и снятия напряжения. Они должны быть не большие по времени, лучше, если они не будут повторяться. Движения подбираются простые и знакомые. Мной подобраны физкультминутки в *форме выполнения движений под текст стихотворения*. Данную подборку я предложила использовать воспитателям и педагогу по изобразительности. Так как содержание текста стихотворения легко сочетать с темой образовательной деятельности и ее программными задачами.

<p>Мы осенние листочки. Мы – листочки, Мы – листочки, Мы осенние листочки. Ветер дунул – полетели. Мы летали, Мы летали, А потом летать устали. Перестал дуть ветерок – Мы присели на лужок.</p>	<p><i>Дети стоят раскачиваясь, руки в стороны Выполняют круговое движение руками с лева на право. Кружатся на месте в одну сторону, в другую сторону. Опускают руки. Приседают на корточки.</i></p>
<p>Дождь. Капля раз, Капля два, Очень медленно сперва. А потом, потом, потом Все бегом, бегом, бегом. Мы зонты свои раскрыли, От дождя себя укрыли.</p>	<p><i>2 шага на месте, 4 шага на месте, 4 прыжка. 8 прыжков. Развести руки в стороны. Сомкнуть руки над головой полукругом.</i></p>

<p>Художник-невидимка. Художник-невидимка По городу идет: Всем щеки нарумянит, Всех за нос ущипнет. А ночью он, пока я спал, Пришел с волшебной кистью И на окне нарисовал Сверкающие листья.</p>	<p><i>Маршируют на месте с высоким подниманием колена. Останавливаются, трут щеки ладонями. Щиплют себя за нос. Идут на цыпочках на месте.</i></p>
<p>Я возьму карандаш. Я возьму карандаш, нарисую дом, Нарисую небо и солнце над ним. Чтобы было тепло тем, кто в доме живёт, Нарисую трубу, из неё вьётся дым. Я возьму карандаш, нарисую цветы, Нарисую кусты и деревья вокруг. Чтобы вечно была свежесть в этом саду, Нарисую я дождь из заботливых рук. Я возьму карандаш, нарисую лес, Нарисую поля и змейку реки. Чтобы мир и покой был на этой Земле, Нарисую, как голубь в небе летит.</p>	<p><i>Дети «берут» карандаш Разводят руки вверх Обнимают себя за плечи Поднимают правую руку, Подносят ладошку к носу «нюхают» Руки в стороны вниз, затем в стороны вверх Машут руками перед собой Изображают капельки Руки вверх в стороны Руки в стороны Показывают крылья руками.</i></p>