Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Чановский детский сад № 4

Чановского района Новосибирской области

***Физкультминутки***

***как средство развития***

***познавательной активности детей***

******

***Составила:***

***Халиулина Галина Ивановна воспитатель высшей категории***

***2017 год***

***Раз, два, три, четыре, пять***

**(сенсорное развитие)**

**Раз, два, три, четыре, пять (загибаем пальцы)**

**Мы во двор пошли гулять (шагающие движения указательным и безымянным пальцами по коленям)**

**Бабу снежную лепили (ладонями показываем как мы лепим комочек)**

**Птичек крошками кормили (крошащие движения пальцами)**

**С горки мы потом катались (двумя пальцами проводим по ладони другой руки)**

**А еще в снегу валялись (ладошками хлопаем по коленям лицевой и тыльной стороной)**

**Все в снегу домой пришли (отряхиваем снег с одежды)**

**Съели суп, и спать легли (движение имитирующее, еды ложкой, руки по голову)**

***Кто живет у нас в квартире?***

**(формирование элементарных математических представлений)**

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

**Кто живет у нас в квартире? (Шагаем на месте.)**

**Раз, два, три, четыре, пять (Прыжки на месте.)**

**Всех могу пересчитать: (Шагаем на месте.)**

**Папа, мама, брат, сестра, (Хлопаем в ладоши.)**

**Кошка Мурка, два котенка, (Наклоны туловища влево-вправо.)**

**Мой сверчок, щегол и я — (Повороты туловища влево-вправо.)**

**Вот и вся моя семья, (Хлопаем в ладоши.)**

**До пяти считаем, гири выжимаем, (и. п. - стоя, ноги слегка расставлены, руки поднять медленно вверх - в стороны, пальцы сжаты в кулак (4-5 раз))**

**– Сколько точек будет в круге, Столько раз поднимем руки (на доске - круг с точками). Взрослый указывает на них, а дети считают, сколько раз надо поднять руки.**

**– Сколько раз ударю в бубен, Столько раз дрова разрубим, (и. п. - стоя, ноги на ширине плеч, руки в замок вверх резкие наклоны вперед - вниз)**

**– Сколько елочек зеленых, Столько выполним наклонов, (и. п. - стоя, ноги врозь, руки на поясе; выполняются наклоны)**

**– Сколько клеток до черты, Столько раз подпрыгни ты (3 - 5 раз), (на доске изображено 5 клеток). Взрослый указывает на них, дети прыгают.**

**– Приседаем столько раз, Сколько бабочек у нас (и. п. - стоя, ноги слегка расставить). Во время приседаний руки вперед.**

**– На носочки встанем, Потолок достанем (и. п. - основная стойка, руки на поясе). Поднимаясь на носки, руки вверх - в стороны, потянуться.**

**– Сколько черточек до точки, Столько встанем на носочки (4-5 раз), (и. п. - основная стойка). При подъеме на носках руки в стороны - вверх, ладони ниже уровня плеч.**

**– Наклонились столько раз, Сколько уточек у нас. (и. п. - стоя, ноги врозь, При наклонах ноги не сгибать)**

***«Выросли деревья в поле»***

**(формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей)**

**Выросли деревья в поле.**

**Хорошо расти на воле! (Потягивания - руки в стороны.)**

**Каждое старается,**

**К небу, к солнцу тянется. (Потягивания — руки вверх.)**

**Вот подул весёлый ветер,**

**Закачались тут же ветки, (Дети машут руками.)**

**Даже толстые стволы**

**Наклонились до земли. (Наклоны вперёд.)**

**Вправо-влево, взад-вперёд —**

**Так деревья ветер гнёт. (Наклоны вправо-влево, вперёд-назад.)**

**Он их вертит, он их крутит.**

**Да когда же отдых будет? (Вращение туловищем.)**

***«Зарядка»***

**(для настольных игр и НОД по развитию речи)**

**Наклонилась сперва**

**Книзу наша голова (наклон вперед)**

**Вправо - влево мы с тобой**

**Покачаем головой, (наклоны в стороны)**

**Руки за голову, вместе**

**Начинаем бег на месте, (имитация бега)**

**Уберем и я, и вы**

**Руки из-за головы.**

***«Теремок»***

**Стоит в поле теремок, (ладони обеих рук соединены под углом)**

**На двери висит замок, (пальцы сжаты в замок)**

**Открывает его волк -Дерг-дерг, дерг-дерг. (руки, сжатые в замок, движутся вперед - назад, влево - вправо)**

**Пришел Петя-петушок. И ключом открыл замок, (пальцы разжимаются и соединяются друг с другом, образуя «теремок»)**

***«Пальчики»***

**(для занятий по изобразительной деятельно*сти)***

**1 вариант.**

**Мы сегодня рисовали, Наши пальчики устали. (активное сгибание и разгибание пальцев)**

**Пусть немного отдохнут, Снова рисовать начнут. (встряхнуть руками перед собой)**

**Дружно локти отведем, (энергично отвести локти назад)**

**Снова рисовать начнем.**

***2 вариант.***

**Долго, долго мы лепили. Наши пальцы утомили, (встряхивание кистями перед собой) Пусть немного отдохнут, И опять лепить начнут. Дружно руки разведем. И опять лепить начнем, (отвести руки назад - вниз, отклонившись на спинку стула).**

***Использованная литература:***

* Источник: <https://superinf.ru/view_article.php?id=267>
* Источник: <https://superinf.ru/view_article.php?id=267>
* Источник: <https://superinf.ru/view_article.php?id=267>