

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №6 "ЛЕНОК"

РАЗРАБОТКА ТЕМАТИЧЕСКИХ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК
для детей средней дошкольной группы

Подготовила и провела:
Воспитатель: Тумгоева Л.Д.

г. Гаврилов-Ям
2020 г.

РАЗРАБОТКА ТЕМАТИЧЕСКИХ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК для детей средней дошкольной группы

Цель: сохранить умственную активность и работоспособность детей во время занятий. А также обеспечение непродолжительного динамичного отдыха в то время, когда организм ребенка испытывает значительную нагрузку. Органы слуха и зрения, мышцы туловища и особенно спины, кисть работающей руки - все находится в статическом состоянии и нуждается в периодическом непродолжительном отдыхе.

Задачи:

- снять усталость и напряжение;
- внести эмоциональный заряд;
- совершенствовать общую моторику;
- выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью;
- тренировка скоростных навыков выполнения мыслительных операций.

Ход:

Физкультминутки	Комментарии
<p style="text-align: center;">Физкультминутка «Семья»</p> <p>Раз, два, три, четыре Кто живет у нас в квартире? Раз, два, три, четыре, пять Всех могу пересчитать; Папа, мама, брат, сестренка, Кошка Мурка, два котенка, Мой щегол, сверчок и я- Вот и вся наша семья!</p>	<p><i>Хлопки в ладоши)</i> <i>Повороты в стороны с подниманием плеч</i> <i>Хлопки в ладоши</i> <i>Указательным пальцем пересчитывают</i></p> <p><i>Загибают поочередно пальцы на руке</i></p>
<p style="text-align: center;">Физкультминутка «Айболит»</p> <p>Айболит наш потянулся</p>	<p><i>На носочках и руки вверх, оттягиваемся</i></p>

<p>Раз нагнулся, два нагнулся, Руки в стороны развел, Халат беленький надел. Взял микстуру, ложку взял И зверятам в ротик влил. Вот такой он молодец, Физкультминутке тут конец!</p>	<p><i>Наклоны в стороны, вправо и влево</i> <i>Развести руки в стороны</i></p> <p><i>Открыть и закрыть ротик</i> <i>Хлопаем в ладоши</i></p>
<p>Физкультминутка «Дедушка Мороз»</p> <p>Закрывают окна, Закрывают двери Закрывают уши, Закрывают нос. Ходит, бродит по дорогам Старый дедушка Мороз! Щиплет уши, щиплет нос, Щиплет щёчки дед Мороз.</p>	<p><i>Соединяем ладошки вместе</i> <i>Закрываем ушки</i> <i>Закрываем нос</i></p> <p><i>Ходим указательным и средним пальцами</i> <i>Щипаем названные части тела</i></p>
<p>Физкультминутка «Елка»</p> <p>Горит огнями елочка, Под нею тени синие, Колючие иголочки, Как-будто в белом инее. Огни на елке яркие Повсюду зажигаются. Во всех домах, по всей стране Ребята улыбаются</p>	<p><i>Поднимаем руки вверх</i></p> <p><i>Опускаем через стороны, вниз</i></p> <p><i>Наклоны вправо, влево</i></p> <p><i>Ходьба на месте, улыбка</i></p>
<p>Физкультминутка «Наш отдых»</p> <p>Отдых наш — физкультминутка. Занимай свои места: Шаг на месте левой, правой, Раз и два, раз и два!</p>	<p><i>Шагают на месте.</i></p> <p><i>Топают правой и левой ногой.</i></p> <p><i>Выпрямляют спину</i></p>

Прямо спину все держите,
Раз и два, раз и два!
И под ноги не смотрите,
Раз и два, раз и два!

*Движения руками в стороны,
Вверх, в стороны, вниз.*