

Тематические физминутки для детей раннего возраста

Развивать двигательную память ребенка, научить соотносить движения в соответствии с текстом.

Тематическая картотека

Физминуток



ЗАДАЧИ:

Развивать двигательную память ребенка, научить соотносить движения в соответствии с текстом.

Физкультурная минутка как форма активного отдыха во время малоподвижных занятий достаточно широко применяется с детьми дошкольного возраста.

Цель проведения физкультурной минутки - повысить или удержать умственную работоспособность детей (по счету, развитию речи и т. п.), обеспечить кратковременный активный отдых, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии; мышцы кисти работающей руки.

Исходя из этого, для физкультурной минуты составляют комплекс, включающий в себя 3-4 простых упражнения для больших групп мышц (ног, рук, плечевого пояса, туловища), активизирующие дыхание и кровообращение. Выполняются они в течение 1,5-2 минут.

Тема:

«Скоро лето»

Будем летом мы играть

Раз, два, три, четыре, пять, - (скачут по кругу)
Будем летом мы играть,
Будем плавать и качаться, - (плывут)
Будем прыгать и кататься. - (прыгают)
Будем бегать, загорать – (бегают по группе)
И цветочки собирать. – (наклоняются)

Дождь

Дождь! Дождь! Надо нам – (шагаем на месте)
Расходиться по домам!
Гром! Гром, как из пушек. – (прыжки на месте)
Нынче праздник для лягушек.
Град! Град! Сыплет град, - (присели, хлопки в ладоши)
Все под крышами сидят.
Только мой братишка в луже –(шагаем на месте)
Ловит рыбу нам на ужин.

Боровик

По дорожке шли, - (маршировать)
Боровик нашли. – (наклониться)
Боровик боровой - (руки над головой в "замке").
В мох укрылся с головой,
Мы его пройти могли –(ходьба на месте)
Хорошо, что тихо шли.