

ФИЗМИНУТКИ ДЛЯ РЕБЯТ



- Ольга Аведисовна Салимбаева
учитель начальных классов
МАОУ Домодедовская СОШ №6 г.Домодедово

Снимают
усталость и
напряжение

Развивают
выразительность
речи

Основные задачи физминуток

Совершенствуют
общую
моторику

Вносят
эмоциональный
заряд

ФИЗМИНУТКА

«ЧАСЫ»

Тик да так - часы
стучат,
Целый день вперёд
спешат.
Три часа на них сейчас,
А потом и шесть как
раз.
Снова тикают часы -
Девять раз пробьют они.
У часов тяжёлый труд:
Все они идут, идут...



ФИЗМИНУТКА

«ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК»

Я с утра сегодня встал,
С полки шар воздушный
взял.

Начал дуть я и смотреть -
Стал мой шарик вдруг
толстеть.

Я всё дую - шар всё толще,
Дую - толще, дую - толще.
Вдруг услышал я хлопок -
Лопнул шарик, мой дружок.



ФИЗМИНУТКА «ЩЕНОК»

Во дворе щенок играл,
Прыгал, бегал и считал:
«Раз - прыжок и три
кивка,
Два - направо голова,
Три - налево поворот» -
И помчался до ворот.
А потом вздохнул и сел:
Он устал и присмирел.



ФИЗМИНУТКА

«ЮЛА»

Стану я сейчас юлой-
На ноге крутнусь одной.
А теперь сменю я ножку
И на ней крутнусь
немножко.
Покрутились!
А сейчас
Я прошу садиться вас!



ФИЗМИНУТКА

«ВЕСЁЛАЯ ЗАРЯДКА»

Наклоняемся с хлопком
И с хлопком потом встаём.
Вниз и вверх, вниз и вверх,
Ну - ка, хлопни громче всех!
На одной ноге мы скачем,
Как упругий звонкий мячик.
На другой поскачем тоже,
Очень долго прыгать можем
Головой вращаем плавно,
Смотрим влево, смотрим
вправо.
И пройдемся мы немного,
И вернёмся вновь к уроку.



ФИЗМИНУТКА «МИШКА»

Мишка шёл, шёл, шёл
И грибочек нашёл.
Вот какой грибочек!
Мишка шёл, шёл, шёл
И ягоду нашёл.
Вот какая ягода!
Мишка шёл, шёл, шёл
И шишку нашёл.
Вот какая шишка!



ФИЗМИНУТКА «ХОМКА»

Хомка, хомка, хомячок,
Полосатенький бочок.
Хомка рано встаёт,
Щёчки моет, глазки трёт.
Подметает хомка хатку
И выходит на зарядку.
Раз, два, три, четыре,
пять -
Хомка хочет сильным
стать!



ФИЗМИНУТКА

«ДВЕ ЛЯГУШКИ»

На болоте две лягушки,
Две зелёные подружки,
Утром рано умывались,
Полотенцем растирались,
Ножками топали,
Ручками хлопали.
Вот здоровья в чём секрет:
Всем друзьям
физкультпривет!



ФИЗМИНУТКА

«ВЕСЁЛАЯ НЕДЕЛЬКА»

В понедельник я купался,
А во вторник рисовал,
В среду долго умывался,
А в четверг в футбол
играл.

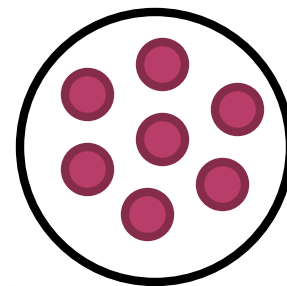
В пятницу я бегал, прыгал,
Очень долго танцевал.
А в субботу, воскресенье
Целый день я отдыхал.



ФИЗМИНУТКА

«МАТЕМАТИЧЕСКАЯ»

Сколько точек будет в круге,
Столько раз поднимем руки.
Сколько ёлочек зелёных,
Столько сделаем наклонов.
Приседаем столько раз,
Сколько бабочек у нас.
А притопнем столько раз,
Сколько ёжиков у нас.
А прихлопнем столько раз,
Сколько белочек у нас.



Источники для презентации:

Изображение часов - совы

http://www.millionpodarkov.ru/incoming_img/podarihit.ru/7544_chasy_nastennye_s_mayatnikom_sova.jpg

Изображение шаров

<http://img10.proshkolu.ru/content/media/pic/std/4000000/3501000/3500042-40f3d3446be22a7e.jpg>

Изображение щенка

http://eliteartdecor.ru/images/katalog_fresok/detskaya/%E5-047.jpg

Изображение белки

<http://club.foto.ru/gallery/images/photo/2004/10/04/286436.jpg>

Изображение юлы

<http://pics2.pokazuha.ru/p442/8/l/6855927jl8.jpg>

Изображение медвежонка и поросёнка

<http://gif-and-jpeg.ru/d/63316-1/mult366.gif>

Изображение хомяка

<http://stat16.privet.ru/lr/0909c3e349acc201a7067163516b7b95>

Изображение лягушек

<http://www.painelcriativo.com.br/wp-content/uploads/2009/09/desenhos-sapinhos-imprimir-decoupage-caixinha-mdf-9.jpg>

Изображение ёлочки

<http://f9.ifotki.info/org/1958518d13e077c28154101f18354c9657fd11108581708.jpg>

Изображение бабочки

<http://stat17.privet.ru/lr/0931483795b93f8f11a7e671446b2de9>

Изображение ёжика

<http://im5-tub-ru.yandex.net/i?id=548947712-26-72&n=21>

Изображение малышей

<http://www.koin-nkz.ru/sites/dou132/files/2013/07/getimage.jpg>

Изображение мячика

<http://media.babyuniverse.co.nz/images/original/bb08f49a1205b3b172a5fd7946330b5a.jpg>

Литература:

- ❖ Журнал «Современный урок: начальная школа» №3/2012 год.
- ❖ Журнал «Современный урок: начальная школа» №6/2013 год.