

Физкультминутки

Лексическая тема «Правила дорожного движения»



«Мы — шоферы»

Качу, лечу
Во весь опор (Дети шагают)
Я сам-шофер (Имитируют управлением рулем)
И сам – мотор (Круговые движения плечами)
Нажимаю на педаль (Сгибают ногу в колене)
И машина мчится в даль. (Бег на месте)
(Двигаться в заданном направлении, вращая воображаемый руль)
Шла по улице машина,
Шла машина без бензина,
Шла машина без шофера,
Без сигнала светофора,
Шла, сама куда не зная,
Шла машина заводная.

«Пешеходы»

Постовой стоит упрямый (Ходьба на месте).
Людам машет: Не ходи! (Движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз)
Здесь машины едут прямо (Руки перед собой)
Пешеход, ты погоди! (Руки в стороны)
Посмотрите: улыбнулся (Руки на пояс, улыбка)
Приглашает нас идти (Шагаем на месте)
Вы, машины, не спешите (Хлопки руками)
Пешехода пропустите! (Прыжки на месте)

«Светофор»

Красный свет нам говорит:
Стой! Опасно! Путь закрыт!
Желтый свет-предупрежденье:
Жди сигнала для движенья.
Зеленый свет открыл дорогу:
Переходить ребята могут!
(На красный свет нужно стоять на месте, на желтый хлопать в ладоши, а на зеленый — шагать на месте. Воспитатель показывает разные цвета светофора)

Дорога без разметки

Я в деревню этим летом (Руки на плечи — круговые движения вперед)
Ездил на машине с дедом. (Руки на плечи — круговые движения назад)
На дороге здесь порой (Прямую ногу вперед на носок поочередно)
Нет разметки никакой.
Ну и как тогда нам быть (Прямую ногу назад поочередно)
Как её переходить?
Если нет машин, то можно.
Только очень осторожно:
Влево-вправо посмотреть. (Руки на пояс — повороты в стороны)
Не бежать и не лететь!
И без лишней суеты (Ходьба с высоким подниманием колен)
Перейдешь дорогу ты!

«Едем-едем мы домой»

Едем-едем мы домой (Движения имитирующие поворот руля)
На машине легковой
Въехали на горку: хлоп, (Руки вверх, хлопок над головой)
Колесо спустилось: стоп. (Руки через стороны вниз, присесть)

«Автомобили»

Едем, едем, долго едем,
Очень длинен этот путь.
Скоро до Москвы доедем,
Там мы сможем отдохнуть.
(Ходьба на месте, с продвижением вперед на полусогнутых ногах, согнутыми руками
делаются движения вперед-назад).

«Дорога не тропинка »

Дорога не тропинка,
Дорога не канава...
Сперва смотри налево.
Потом смотри направо.
Ты налево повернись,
Другу рядом улыбнись,
Топни правой ногой:
Раз- два- три,
Покачай головой.
Раз- два- три,
Руки вверх ты подними
И похлопай: раз- два- три.

«На двух колёсах я качу»

На двух колёсах я качу, (Идут по кругу друг за другом.)
Двумя педалями верчу, (Идут, высоко поднимая колени.)
За руль держусь, гляжу вперёд, (Держат руками воображаемый руль.)
Я знаю: скоро поворот. (Поворачиваются и идут в другую сторону.)