

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 92 «ВЕСНУШКА»
(МБДОУ №92 «Веснушка»)

Тематические физкультминутки для детей по безопасности

Составил: воспитатель Котик А.С.



Г. Сургут

Физкультминутки – это кратковременные физические упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности (возбуждают участки коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали).



Физкультминутки «Безопасность в доме»

1. Неприятно сесть на кнопку. *(приседания)*
Можешь ты поранить попку. *(потянуться, руки вверх)*

Дом в порядке содержи:

(повороты туловища вправо - влево)

Вилки, ножницы, ножи, *(ножницы руками)*

И иголки, и булавки

Ты на место положи!

2. Дома острые ножи *(пальцы рук соединяют над головой в форме крыши)*

В руки вовсе не бери, *(разводят руки в стороны)*

Не раскидывай иголки,

Убери их все на полку, *(руки поднимают вверх)*

Если ножницы достал,

Убери откуда взял, *(руки на поясе, повороты туловища вправо - влево)*

В рот таблетки не бери,

Хоть красивые они. *(повороты головой вправо-влево)*

Ты с игрушками играй,

И беды тогда не знай, *(прыжки на месте на двух ногах).*

3. Не суй в розетку пальчик – *(разводят руки в стороны)*

Ни девочка, ни мальчик!

Прежде чем пойдете на свидание, *(руки поднимают вверх)*

Чтобы навестить своих друзей, *(ходьба на месте)*

Сделайте домашнее задание

И не забудьте выключить утюг! *(присесть)*

4. «Никогда не катайся по перилам!»

Тот, кто ездит по перилам, *(вращение рук)*

Может стать больным и хилым,

Он в больницу попадет *(присесть)*

Или в мусоропровод.

Физкультминутки «Правила дорожного движения»

1. Чтоб аварий избежать. *(Руки на пояс — повороты в стороны)*

Надо строго соблюдать Правила движения
(Поочередное поднимание рук — вперед, вверх, развести в стороны, опустить)

И нормы поведения

Вы запомните, друзья.

На дороге нам нельзя

Бегать, прыгать и скакать *(Прыжки на месте на двух ногах)*

И с мячом в футбол играть.

И не думайте напрасно

(Ходьба на месте с высоким подниманием колен)

Что здесь вовсе не опасно.

Изучайте понемногу, как переходить дорогу.



2. «Мы по улице шагаем»

Мы по улице шагаем

И ворон мы не считаем,

Смело, мы идем вперед,

Где пешеходный переход!

Когда дорогу перешли

Можно прыгать – раз, два, три!

(Шаги на месте и прыжки под счет)

3. «Постовой»

Постовой стоит упрямый

(Дети шагают на месте).

Людям 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).

Приглашает нас идти

(Шагаем на месте).

Вы машины, не спешите

(Хлопки руками).

Пешеходов пропустите!

(Прыжки на месте).

4.«Дорожная».

(Дети читают стихотворение и выполняют соответствующие движения)

Дорога не тропинка, дорога не канава...

Сперва смотри налево. Потом смотри на право.

Вы друг к другу повернитесь, другу рядом улыбнитесь,

Топни правою ногой: раз – два – три,

Покачай головой: раз – два – три.

Руки вверх ты подними и похлопай: раз – два – три.

5.«Переход»

Что такое переход, *(ходьба на месте)*

Это знает каждый кот,

Уважают эти знаки

Даже кошки и собаки!

Дорога не тропинка, *(повернуться налево и направо)*

Дорога не канава.

Сперва смотри налево,

Потом смотри направо.

Совет: Правила безопасности важно не только знать, но и соблюдать!

