**Картотека физкультминуток для детей 6 – 7 лет**

**по тематическим неделям**

|  |
| --- |
|  **«День народного единства»** |
| **«Богатырь»**Богатырь – вот он каков:  Он силен, он здоров,        Он из лука стрелял,          Метко палицу бросал,     На границе стоял,            Зорко-зорко наблюдал,    Подрастем и мы, смотри, Станем, как богатыри!     | Дети стоят в кругуПоказываю силачаПоказывают стрельбу из лукаВыполняют замах и бросокПоказываютПодносят руку ко лбу, глядят вдальПоднимают руки высоко вверхРуки на пояс |
|  **«Богатыри»**Дружно встанем – раз, два, три – Мы теперь богатыри! Мы ладонь к глазам приставим, Ноги крепкие расставим,Поворачиваясь вправо – оглядимся величаво И налево надо тоже поглядеть из-под ладошек,И направо, и ещё, через левое плечо.Дружно встанем – раз, два, три – Мы теперь богатыри! | Дети шагают на местеРуки согнуты в локтях, показываю силуПравую руку подносят козырьком к глазамПовороты вправо, влевоВстали ровно, выпрямили спинки |
|  **Моя малая Родина** |
| **«Что нам стоит дом построить?»**Не дарите мне игрушек:Зайцев, мишек, безделушек. Мне совсем-совсем не надо,Ни конфет, ни шоколада. Я люблю пилить, строгать,Гвозди ловко забивать. Стану взрослым я когда,Буду строить города!  | Маршируют на местеНаклоняют туловище вправо, влевоПоочерёдно поднимают правую, левую рукиМаршируют с высоким подниманием ног |
| **«Дом»**Раз, два, три, четыре, пять. Будем строить и играть. Дом большой, высокий строим. Окна ставим, крышу кроем. Вот какой красивый дом! Будет жить в нем старый гном.  | Дети выполняют прыжки на местеВстают на носочки и тянутся руками вверхПоказать руками окно, крышу - сомкнуть руки над головойУказательным жестом вытягивают руки впередПриседают |
|  **Мир предметов, техники, механизмов, изобретений** |
|  «**Вот большой стеклянный чайник»** Очень важный, как начальник. Вот фарфоровые чашки, Очень крупные, бедняжки.Вот фарфоровые блюдца, Только стукни — разобьются.Вот серебряные ложки, Голова на тонкой ножке.Вот пластмассовый поднос.Он посуду нам принес. | Дети надули животикОдну руку поставили на пояс, другую изогнулиПрисели, одну руку поставили на поясКружатся, «рисуя» руками кругПотянулись, сомкнули руки над головойЛегли, вытянулись |
| «К нам пришла Федора» Не хозяйка, а умора, Выпачкала всю посуду, А потом кричит: «Не буду!». Кофейник, чайник и стакан, Давно не видывали кран, Сахарница, блюдце, вилка, Ковш, молочник и бутылка, Бокал, маслёнка, самовар,Как будто приняли загар. Блюдо, перечница, солонка Плачут в углу тихонько. Скорей бежим к водице, Чтобы попить, умыться.  | Ходьба на местеРуку согнуть в локте, провести тыльной стороной ладони по лбуПоочерёдно потереть ладонь о ладоньРуки согнуты в локтях, ладони вверх, повороты головы вправо- влевоНаклоны головы в стороныНаклоны головы вперёдНаклоны головы в стороныНаклоны головы вперёд«Вытирают» лицо ладонями в стороныНаклоны головы в стороны«Собирают слёзы» в ладошкуБег на месте«Вытирают» лицо ладонями вверх – вниз |
|  **Обычаи и традиции моей семьи. День матери** |
| **«Кто живет у нас в квартире?»**Раз, два, три, четыре  Кто живет у нас в квартире? Раз, два, три, четыре, пять  Всех могу пересчитать: Папа, мама, брат, сестра, Кошка Мурка, два котенка,  Мой сверчок, щегол и я  Вот и вся моя семья.  | Хлопаем в ладошиШагаем на местеПрыжки на местеШагаем на местеХлопаем в ладошиНаклоны туловища влево-вправоПовороты туловища влево-вправоХлопаем в ладоши |
| **«Дружно маме помогаем»**Дружно маме помогаем – пыль повсюду вытираем.Мы белье теперь стираем, полощем, отжимаем.Подметаем все кругом и бегом за молоком.Маму вечером встречаем, двери настежь открываем,Маму крепко обнимаем. | Подражательные движения по тексту |