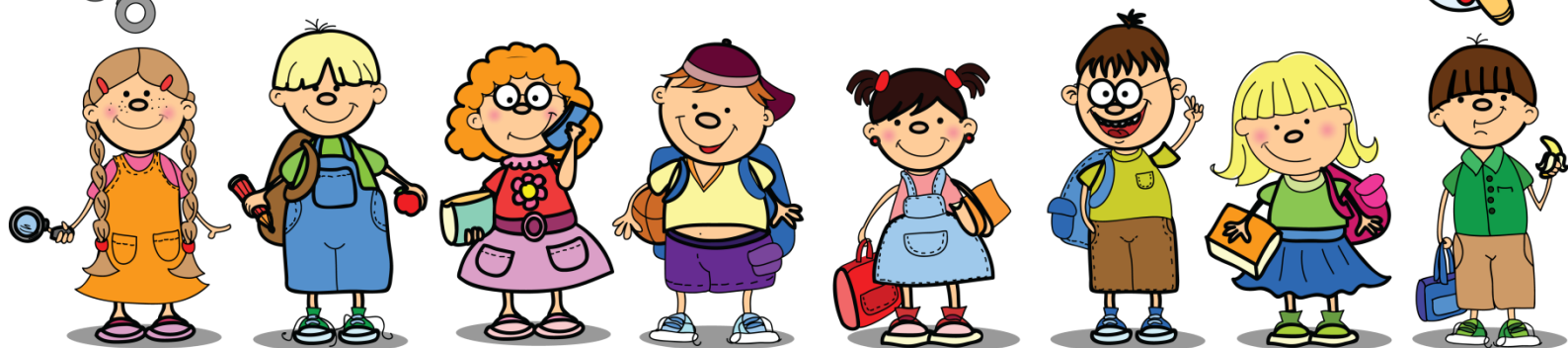




# Карточка физкультминуток



## ПИЛОТЫ

Мы отважные пилоты. *(Руки в стороны с наклонами)*

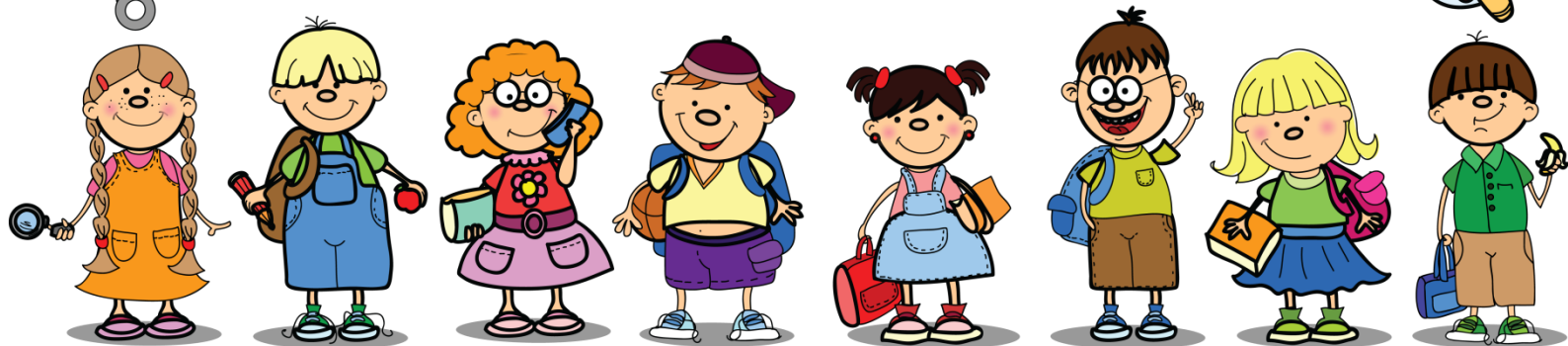
Водим в небе самолеты. *(Имитация)*

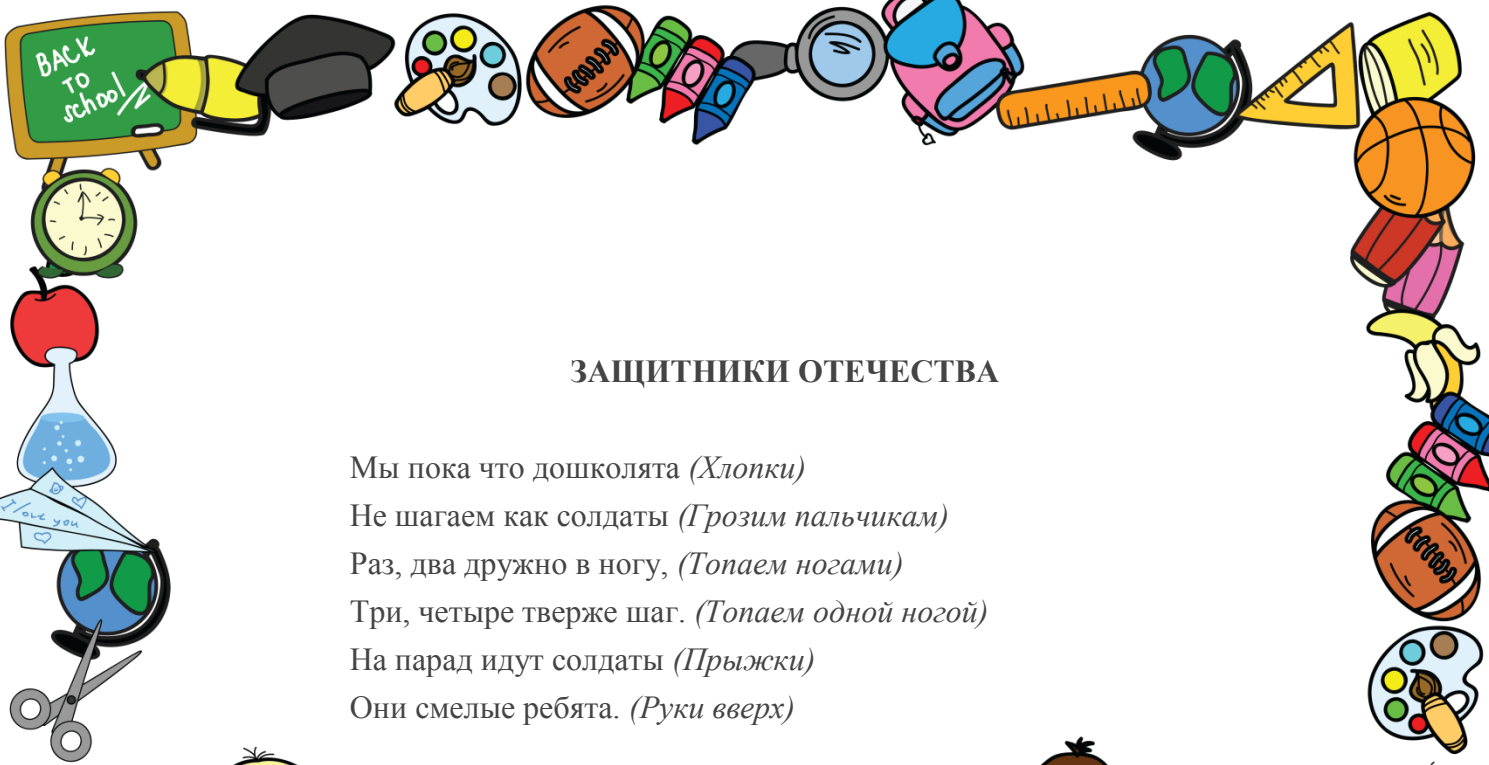
Над родной землей летаем, *(Вращение туловище)*

Обгоняя птичьи стаи. *(Махи руками)*

Хоть взлетаем высоко – *(Прыжки на месте)*

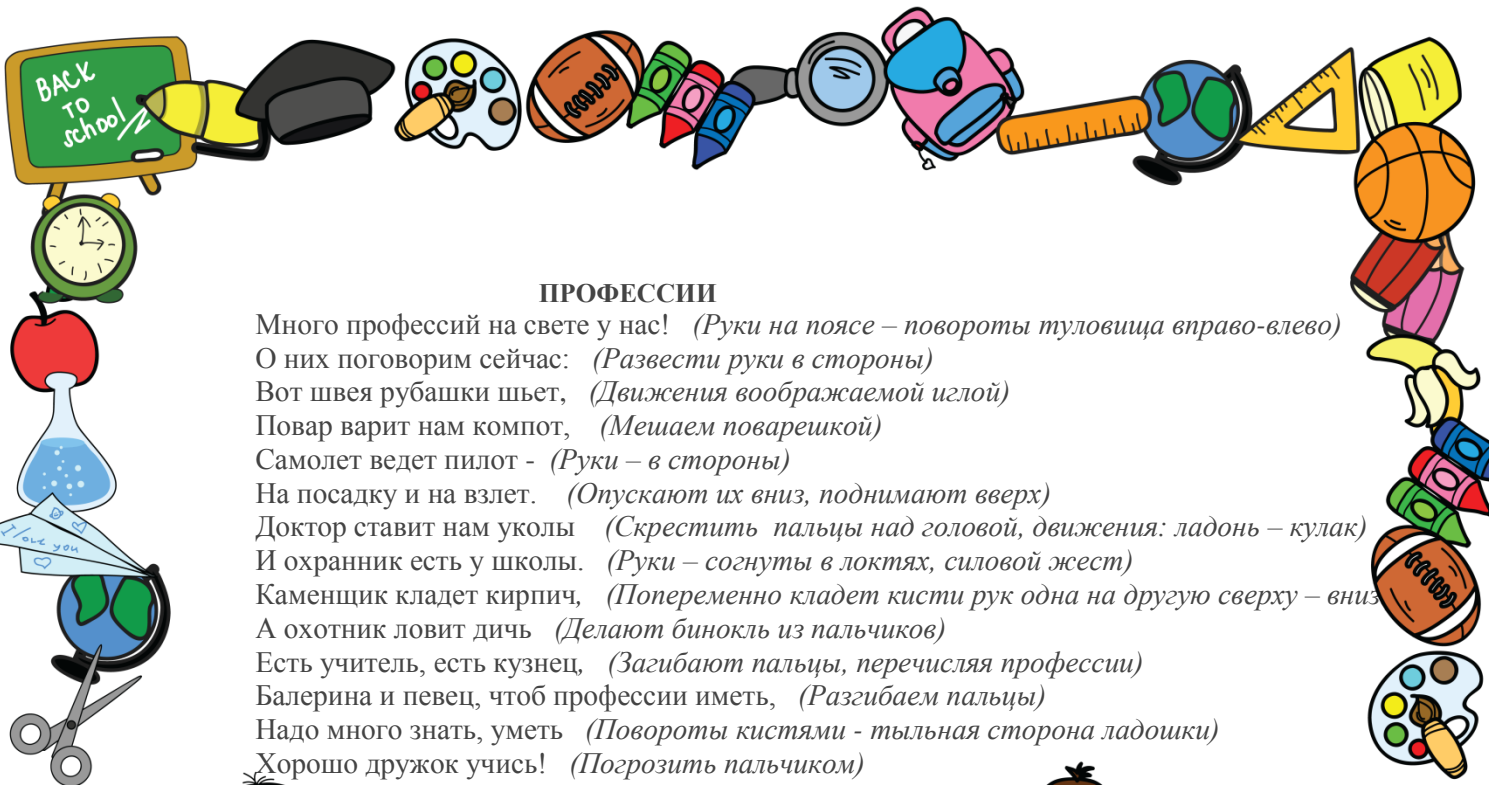
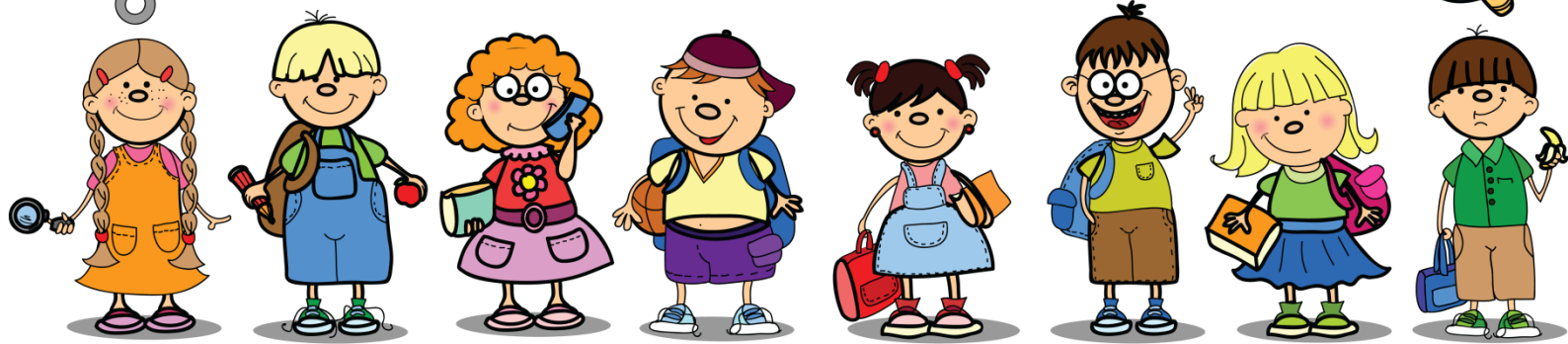
Приземляемся легко! *(Посадка на место)*





## ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА

Мы пока что дошколята *(Хлопки)*  
 Не шагаем как солдаты *(Грозим пальчиком)*  
 Раз, два дружно в ногу, *(Топаем ногами)*  
 Три, четыре тверже шаг. *(Топаем одной ногой)*  
 На парад идут солдаты *(Прыжки)*  
 Они смелые ребята. *(Руки вверх)*



## ПРОФЕССИИ

Много профессий на свете у нас! *(Руки на поясе – повороты туловища вправо-влево)*  
 О них поговорим сейчас: *(Развести руки в стороны)*  
 Вот швея рубашки шьет, *(Движения воображаемой иглой)*  
 Повар варит нам компот, *(Мешаем поварешкой)*  
 Самолет ведет пилот - *(Руки – в стороны)*  
 На посадку и на взлет. *(Опускают их вниз, поднимают вверх)*  
 Доктор ставит нам уколы *(Скрестить пальцы над головой, движения: ладонь – кулак)*  
 И охранник есть у школы. *(Руки – согнуты в локтях, силовой жест)*  
 Каменщик кладет кирпич, *(Попеременно кладет кисти рук одна на другую сверху – вниз)*  
 А охотник ловит дичь *(Делают бинокль из пальчиков)*  
 Есть учитель, есть кузнец, *(Загибают пальцы, перечисляя профессии)*  
 Балерина и певец, чтоб профессии иметь, *(Разгибаем пальцы)*  
 Надо много знать, уметь *(Повороты кистями - тыльная сторона ладошки)*  
 Хорошо дружок учись! *(Погрозить пальчиком)*  
 Конечно, не гонись! *(Отрицательное движение указательного пальцем)*







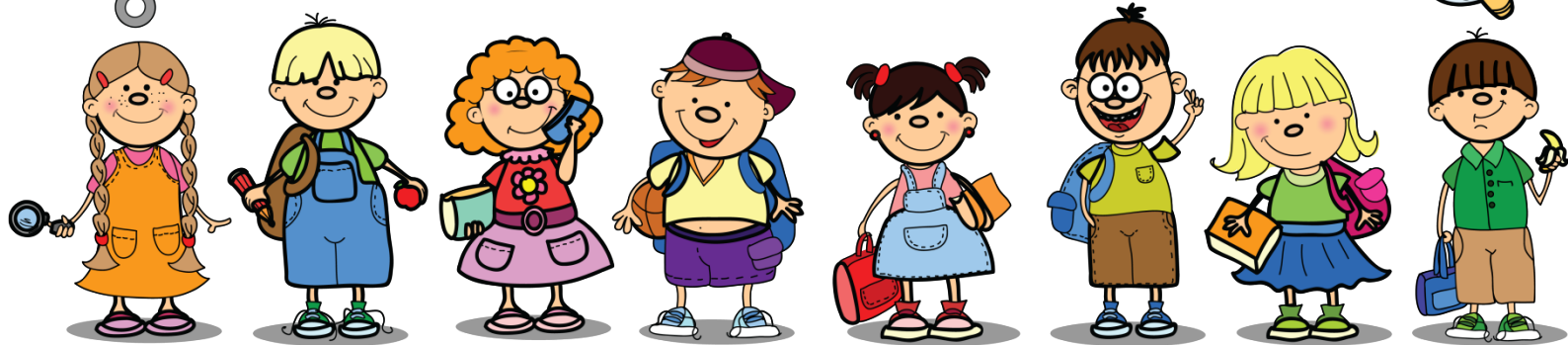

## ПОВАР

Ну-ка, дайте нам продукты: *(Кладут ладошка на ладошку)*

Мясо, яйца, сухофрукты! *(Загибают пальчики)*

И получится тогда

Очень вкусная еда! *(Гладят по животу)*



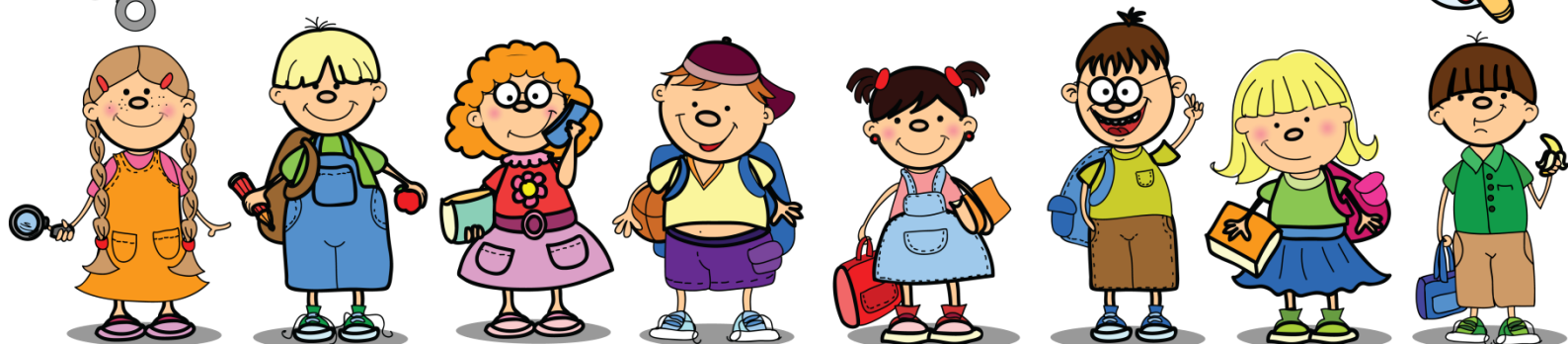
## ВОДИТЕЛЬ

На педаль нажали смело. *(Имитируют нажим на педаль)*

Посмотрели вправо, влево. *(Поворачивают голову)*

И поехали вперед

К тем, кто нас, конечно, ждет! *(Едут по кругу, держа в руках воображаемый руль)*

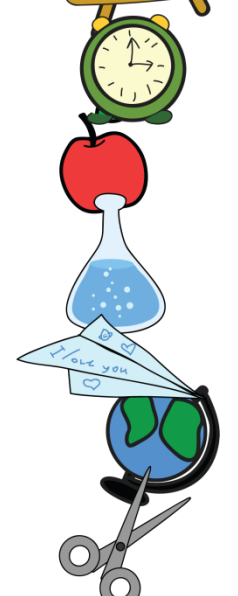









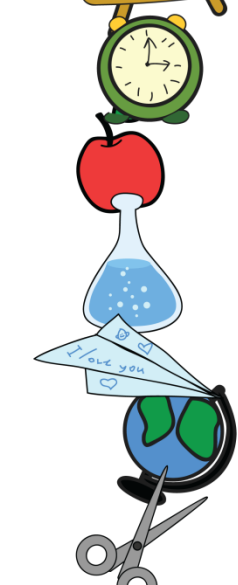
## МИР ПРОФЕССИЙ



Трактор водит – ... (тракторист), *(Крутят воображаемый руль)*  
Электричку – ... (машинист), *(Руки на поясе, «пружинка»)*  
Стены выкрасил – ... (маляр), *(Имитируют движения покраски)*  
Доску выстрогал – ... (столяр), *(Трут ладошки друг об друга)*  
В доме свет провел – ... (монтер), *(«Фонарики»)*  
В шахте трудится – ... (шахтер), *(Топают ногами)*  
В жаркой кузнице – ... (кузнец). *(Перед собой ударяют кулаками)*  
Кто всё знает – молодец! *(Хлопки)*



## ПРОФЕССИИ



Повар варит кашу. *(Имитация с вращением кистей рук)*  
Плащ портниха шьет. *(Махи руками)*  
Доктор лечит Машу. *(Открыть и закрыть ротик, высунув язычок)*  
Сталь кузнец кует. *(Хлопки)*  
Дровосеки рубят. *(Махи с наклонами)*  
Строят мастера. *(Имитация с прыжками вверх)*  
Что же делать будет, *(Поднимание плеч)*  
Наша детвора? *(Разведение рук в стороны)*

