

Картотека физкультминуток на тему «Профессии»

Составители: Шевелева Ольга Николаевна,
Чертыкова Евгения Александровна

«Профессии»

Я – шофёр, помыл машину
Сел за руль, расправил спину.
Загудел мотор и шины
Зашуршали у машины. *(имитация вождения автомобиля)*
Подметает дворник двор
Убирает дворник сор. *(подметание)*
Наш охранник на посту
Смело смотрит в темноту. *(повороты, приставив ладони к глазам)*
А сапожник сапоги
Для любой сошьёт ноги.
К сапогам прибьёт подковки
И пляши без остановки. *(шитьё, прибивание молотком, пляска)*
Наши лётчики – пилоты
Приготовились к полёту. *(руки в стороны, наклоны корпуса)*
А портной сошьёт для нас
Брюки – просто высший класс. *(имитация шитья)*
Я - маляр, шагаю к вам
С кистью и ведром
Свежей краской буду сам
Красить новый дом. *(плавные взмахи руками вверх-вниз)*

* * *

Мы в профессии играем,
(дети идут по кругу, взявшись за руки, останавливаются)
Их с друзьями называем.
Врач, учитель, адвокат,
(каждый ребёнок делает шаг вперёд)
Президент и дипломат,
Сторож, дворник, музыкант,
Есть у каждого талант.
(руку сгибать в локте и поднимать указательный палец вверх)
Токарь, швея, продавец,
(каждый ребёнок делает шаг вперёд)
Менеджер и певец,
Колхозник и акушер,
Садовод, милиционер,
Все профессии нужны,
(ходьба по кругу, взявшись за руки)
Все профессии важны.

Повар варит кашу. *(Имитация с вращением кистей рук)*
Платье 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?

«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)*

«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)*
И, конечно, не ленись! *(Отрицательное движение указательным 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)*

«Парикмахер»

Быстро голову помыли! *(Имитируют мытье головы шампунем)*

Расчесали, посушили. *(Сначала пальцами рук расчесывают голову, потом поглаживают)*

Взяли ножницы, расческу. *(Показывают пальцами рук ножницы и расческу)*

Вот и сделали прическу! *(Руки в стороны, как бы красуясь)*

«Кузнец»

Кузнец, молодец, *(Шагают)*

Захромал мой жеребец. *(Припадают то на одну ногу, то на другую)*

Ты подкуй его опять. *(Разводят руки в стороны)*

— Отчего ж не подковать? *(Пожимают плечами)*

Вот гвоздь, вот подкова — Раз, два и готово. *(Кулаками ударяют перед собой в воздухе на каждое слово.)*

«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)*

«Мы военные»

Мы станем все военными, *(шагают на месте)*

Большими, здоровенными. *(руки вытянуть вверх, опустить)*

Будем в Армии служить,

Будем Родину любить. *(движения повторяются)*

Сад и дом свой охранять, *(наклон вперёд, смотрим в «бинокль»)*

Будем мир мы защищать! *(шагают на месте)*

.....
«Маляры»

Маляры извёстку носят, *(Дети идут по кругу друг за другом, держат в руках воображаемые вёдра.)*

Стены кистью купоросят. *(Лицом в круг, движения воображаемой кистью Вверх-вниз.)*

Не спеша разводят мел. *(Наклонились, мешают кистью в воображаемом ведре.)*

Я бы тоже так сумел. *(«Красят».)*

«Кровельщик»

Давайте поработаем молотком, как кровельщик.

То не град, то не гром - *(Стоят, изображают удары молотком.)*

Кровельщик на крыше. *(Тянутся на носочках, подняв руки вверх.)*

Бьёт он громко молотком - *(Изображают удары молотком.)*

Вся округа слышит. *(Закрывают уши руками.)*

Он железом кроет дом, *(Изображают удары молотком.)*

Чтобы сухо было в нём. *(Наклоняются, достают носки руками.)*

«Игра в профессии»

Если хочешь стать маляром — делай так, *(красят кистью)*

Если хочешь стать швеей, то делай так *(строчат на машинке)*

Если будешь ты водитель — делай так *(вращают руль)*

Если будешь ты сапожник — делай так *(топают ногами)*

Если будешь ты столяр — делай так *(хлопают руками)*

Если будешь ты спортсмен – делай так *(приседают)*

Хватит в **профессии** играть,

Пора занятие продолжать.