

Физкультминутки связанные с профессиями

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?

Кузнец

Эй, кузнец, молодец, (дети шагают)
Захромал мой жеребец. (припадают на одну ногу, то на другую)
Ты подкуй его опять.
— Отчего ж не подковать? (разводят руки в стороны)
Вот гвоздь, вот подкова — (кулаками ударяют перед собой в воздухе на каждое слово)
Раз, два и готово.

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)

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)

Военные

Мы пока что дошколята
Но шагаем как солдаты
Раз, два дружно в ногу,
Три, четыре тверже шаг.
На парад идут солдаты
Они смелые ребята.

Физминутка 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)
Нужно много знать, уметь (Повороты кистями — тыльная сторона ладошки)
Хорошо дружок учись! (Погрозить пальчиком)
И, конечно, не ленись! (Отрицательное движение указательным пальцем)

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.

Физминутка профессии (врач, пилот, швея, каменщик, кузнец)

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)

Физминутка Профессии (повар, водитель, парикмахер)

Ну-ка, дайте нам продукты (кладут ладошка на ладошку)
Мясо, яйца, сухофрукты (загибают пальчики)
И получится тогда
Очень вкусная еда. (гладят по животику)
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)
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)