

Физминутки, пальчиковые игры

«Луна»

В небе плавает луна. *(плавные покачивания влево и вправо)*

В облака зашла она.

Один, два, три, четыре, пять *(хлопки в ладоши)*

Можем мы луну достать. *(руки вверх)*

Шесть, семь, восемь, девять, десять — *(хлопки над головой)*

И пониже перевесить. *(руки вниз)*

Десять, девять, восемь, семь — *(ходьба на месте)*

Чтоб луна светила всем. *(дети тихо садятся)*

Мы летим к другим планетам! *(бегут по группе)*

Объявляем всем об этом!

Весь игрушечный народ *(повороты туловищем)*

С нами просится в полет.

Жметса зайчика к ракете: *(прыгают, как зайчики)*

- Полечу я с вами, дети,

На любую из планет,

Где волков зубастых нет.

Мышки-крошки засмеялись: *(бегают, как мышки)*

- Мы летали, не боялись,

Высота – красота,

Ни единого кота!

Даже плюшевый медведь *(ходят, как мишки)*

Хочет к звездам полететь *(руки поднимают вверх)*

И с Большой Медведицей *(хлопают в ладоши)*

В синем небе встретиться. *(руки поднимают вверх, кружатся)*

Большая желтая луна *(руки над головой – «большая луна»)*

Бледнеет и заходит.

Погасли звезды, и видна *(руки в стороны)*

Заря. И солнце всходит. *(руки вверх)*

Я встану, а луне – в кровать *(«луна» над головой)*

До вечера ей надо спать! *(изображают «спящую» луну)*

Пальчиковая гимнастика

В космосе сквозь толщу лет *(Сжимают и разжимают пальцы рук.)*
Ледяной летит объект. *(Поднимают сжатый кулак, наклоняют*
вправо-влево.)

Хвост его - полоска света, *(К кулаку присоединяют раскрытые пальцы*
второй руки- «хвост».)

А зовут объект комета. *(Сжимают и разжимают пальцы рук.)*

Раз, два, три, четыре, пять - *По одному загибают пальчики на обеих руках.*
Соединяют ладошки вместе, поднимают руки
В космос полетел отряд. *вверх.*

Командир в бинокль глядит, *Пальца обеих рук соединяются с большими,*
образуя «бинокль».

Что он видит впереди?

Солнце, планеты, спутники, *Загибают пальчики обеих рук*
кометы,

Большую желтую луну.

Дыхательная гимнастика

«Спутник»

Дутье на маленький кусочек ваты («спутник»). Чей «спутник» поднимется выше?

«Запускаем двигатель».

И.п. - стойка ноги врозь, руки перед грудью, сжаты в кулаки. Вдох - и.п.; выдох - вращать согнутые руки (одна вокруг другой) на уровне груди; при этом на одном вдохе произносить: «Р-р-р-р». Повторить 4-6 раз.

«Летим на ракете».

И.п. - стоя на коленях, руки вверх, ладони соединить над головой. Вдох - и.п.; долгий выдох - покачиваться из стороны в сторону, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, протяжно произносить: «У-у-у-у». Повторить четыре-шесть раз.

«Надеваем шлем от скафандра».

И.п. - сидя на корточках, руки над головой сцеплены на замок. Вдох - и.п.; выдох - развести руки в стороны, произнести: «Чик». Повторить четыре-шесть раз.

«Пересаживаемся в луноход».

И.п. - узкая стойка, руки вдоль туловища.

Вдох и.п.; выдох - полный присед, руки вперед, произнести: «Ух!».

Повторить четыре-шесть раз.

«Лунатики».

И.п. - стоя на коленях, руки согнуты в локтях и разведены в сторону, пальцы врозь. Вдох - и.п.; выдох - наклонить туловище в сторону, произнести: «Хи-хи», повторить по три-четыре раза в каждую сторону.

«Вдохнем свежий воздух на Земле».

И.п. - ноги врозь, руки вдоль туловища.

Вдох - через стороны поднять руки вверх; выдох - руки плавно опустить, произнести: «Ах!». Повторить четыре-шесть раз.

Загадки

Самый первый в Космосе
Летел с огромной скоростью
Отважный русский парень
Наш космонавт

Гагарин

Посчитать совсем не просто
Ночью в темном небе звезды.
Знает все наперечет
Звезды в небе

звездочет

Планета голубая,
Любимая, родная,
Она твоя, она моя,
И называется

Земля

Сверкая огромным хвостом в темноте
Несется среди ярких звезд в пустоте,
Она не звезда, не планета,
Загадка Вселенной -

комета

Океан бездонный,
Океан бескрайний,
Безвоздушный, темный,
И необычайный,
В нем живут Вселенные,
Звезды и кометы,
Есть и обитаемые,
Может быть, планеты.

Космос

Освещает ночью путь,
Звездам не дает заснуть,
Пусть все спят, ей не до сна,
В небе не заснет

Луна

Медведь на глыбе ледяной,
Подружка в небе над волной.
Она – созвездье, он живой
В блестящей шубе меховой.
Он дружит с ветром и водой,
Она – с Полярною звездой.
Никак не могут встретиться
Медведь с Большой

медведицей

Почти что со скоростью света
Осколок летит от планеты,
К Земле направляясь, летит и летит
Небесный космический

метеорит

Галактика молочная,
В которой мы живем,
Рассыпалась космическим
Сверкающим дождем.
Мы облететь сумеем
Ее когда-нибудь,
Зовем свою галактику
Мы просто... .

Млечный путь

На корабле воздушном,
Космическом, послушном,
Мы, обгоняя ветер,
Несемся на

ракете

Специальный космический есть аппарат,
Сигналы на Землю он шлет всем подряд,
И как одинокий путник
Летит по орбите

спутник

Есть специальная труба,
В ней Вселенная видна,
Видят звезд калейдоскоп
Астрономы в

телескоп