

Цель: Повысить умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечить активный кратковременный отдых.

Задачи: Создание условий для полноценного, всестороннего развития детей, охрана и укрепление психики и физического развития.

Средняя группа. Дети: 4-5 года.

Тема: «Время», Часы

Тик –так, тик –так, В доме кто умеет так? Это маятник в часах, Отбивает каждый шаг. А в часах живёт кукушка, У неё своя избушка. Птичка время нам поёт Стрелки движутся вперёд. Повернём и мы с тобой, Против стрелки часовой. А часы идут, идут Иногда вдруг отстают. Иногда совсем встают.	Ходьба на месте Наклоны вправо- влево Приседание на корточки Вращение руками круг Вращение руками в обратную сторону Замедление шага Остановка на месте
--	---

Тема: «Физкультура», Забава

Поднимайте плечики,
Прыгайте кузнечики!
Прыг-скок, прыг-скок,
Стоп! Присели и пели,
Тишину послушали ,
И в прыжках
Выше , выше- высоко
Прыгай на носках легко!!!

Физкультминутка «Пляски»

Дети – стоят возле стола Вот какой веселый пляс вперед, руки на пояс. Начинается у нас! направо-налево. Не стоит никто на месте, стороны, то же с другой ноги.	Поочередно ноги поставить на пятку, Полуприсяд с поворотами туловища Нога на пятку в сторону, руки согнуты в
--	--

Все танцуют с нами вместе,
«Твист».

Все ногами топают,
Все в ладоши хлопают!
колени.

Вот веселые дела -
Группа наша в пляс пошла!

Приседая и вставая, колени вправо-влево

Притопы ногами, руки на пояс.
Два хлопка перед собой. Два хлопка о

Руки вытянуть в стороны, прогнуться.
Притоп правой, левой ногой, руки на пояс.