**Приложение 5**

**Подвижные игры, пальчиковые игры, физкультминутки**

**Подвижные игры**

1. **Защитники игрушек.**

Дети встают в круг. Перед каждым игроком лежит игрушка, которую он должен защищать от неприятеля. Водящий/неприятель находится в центре круга. По сигналу инструктора водящий начинает двигаться по кругу и пытается схватить какую-нибудь игрушку. Дети могут защитить свою игрушку присев и закрыв её руками. Когда водящему удаётся взять 2-3 игрушки, другой ребёнок становится водящим.

1. **«Будь внимателен»**

3 сигнала:

Красный флажок - дети кричат ура;

Зеленый флажок – бегают врассыпную;

Желтый – маршируют на месте;

1. **Игра «Снайпер»**

Дети делятся на две команды. Каждая команда выстраивается в свою шеренгу и попадает снарядами (катать мяч) в цель (сбивают кегли). Побеждает команда, которая раньше собьёт все кегли.

1. **Эстафета «Всадники»**

Участники из каждой команды садятся на большие мячи. По сигналу начинают скакать на них до флажков и обратно, побеждает та команда, которая быстрее всех пройдет эту эстафету.

1. **Игра «Тоннель»**

Все участники обеих команд выстраиваются парами лицом друг к другу, берутся за руки и приседают. Последняя пара пролезает в тоннель на животе (как разведчики) и выбираются на свободу. Дети, образующие тоннель задевают разведчиков руками по спине, щекочут, слегка постукивают. И так в тоннель пролезают по очереди все участники игры.

1. **Подвижная игра «Самолёты»**

По команде воспитателя «Заводим моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью. При команде: «Самолёты летят» дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и бегают врассыпную. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

1. **Подвижная игра «Танки»**

На полу в центре зала лежат обручи – танки, по количеству на один меньше, чем детей. Под музыку дети бегают вокруг обручей. Как закончилась музыка, каждый участник торопится занять место в «танке» (становится в обруч). Тот, кому не хватило «танка» (обруча, выходит из игры. После чего убирают один обруч. Игра продолжается до тех пор, пока не останется два игрока и один обруч.

**Физкультминутки**

1. Как солдаты на параде,

Мы шагаем ряд за рядом,

Левой -раз , правой -раз ,

Посмотрите все на нас.

Мы захлопали в ладошки - Дружно, веселей.

Застучали наши ножки - Громче и быстрей!

По коленочкам ударим - Тише, тише, тише!

Ручки, ручки поднимаем - Выше, выше, выше.

Завертелись наши ручки , Снова опустились.

Мы на месте покружились и остановились.

1. Мы станем все военными, Шагают на месте.

Большими, здоровенными. Руки вытянуть вверх, опустить через

Будем в Армии служить, стороны. Будем Родину любить. Движения повторяются.

Сад и дом свой охранять, Наклон вперёд, смотрим в «бинокль».

Будем мир мы защищать! Шагают на месте.

1. Физкультминутка: «Пусть всегда будет мир!»

Пусть всегда будет солнце! Поднять руки вверх над головой.

Пусть всегда будет небо! Развести руки в стороны над головой.

Пусть всегда будет море! Развести руки в стороны перед собой.

Пусть всегда буду я! Подняться на носочки, погладить себя.

Пусть всегда поют песни! Сделать наклоны головы в стороны.

Пусть всегда будут танцы! Сделать присядку.

Пусть всегда будут птицы! Наклоны в стороны, отводя руки назад.

Пусть всегда будет мир! Хлопки над головой.

1. Мы празднуем Победу! Шагают на месте.

Салют! Салют! Салют! Руки поднять вверх, пальцы сжимаем, разжимаем

Кругом цветы весенние .Руки на пояс, повороты туловища,

Цветут, цветут, цветут! Руки развести в стороны.

Все люди пляшут, празднуют, Приседания с выставлением ног вперёд.

Поют, поют, поют!

Пусть в мире страны разные. Вдох, круговое движение руками, изображая

Живут, живут, живут! земной шар.

1. Физкультминутка «Солдаты»

Встали ровненько, ребята,

Пошагали, как солдаты.

Влево, вправо наклонись.

На носочках потянись.

Раз – рывок (прыжок),

Два – рывок,

Отдохнул ли ты дружок?

Помаши кистями дружно

Нам работать сейчас нужно!

1. Физкультминутка « Наша Армия»

Ровным строем мы идём -раз, два, три (Марш на месте. Махи руками, согнутыми в локте)

В барабаны звонко бьём- раз, два, три (Продолжаем марш, имитируем стук в барабаны)

Мы летим, как самолёт-раз, два, три (руки в стороны, раскачивание)

Ускоряется полёт-раз, два, три (ускоряем движение)

Пересели в вертолёт-раз, два, три (руки перед собой, изображаем пропеллер)

Поднимает в верх пилот - раз, два, три (медленно поднимаем руки над головой, продолжая изображать пропеллер)

На ракете полетим - раз, два, три (руки вытягиваем над головой, соединяем ладони)

И всех-всех опередим- раз, два, три (не меняя положения рук приседаем и выпрыгиваем в верх)

Поплывем на корабле - раз, два, три (руки перед собой под прямым углом, ладони соединены)

Нас качает на волне - раз, два, три (руки в прежнем положении, раскачивание из стороны в сторону)

Наши пушки метко бьют- раз, два, три (боксирующие движения руками)

Нашей Армии салют! Раз, два три! (Подпрыгиваем, вскидывая вверх руки с раскрытыми ладонями)