

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида №57»  
муниципального образования  
г. Братска*

*Сборник физминуток, пальчиковых  
игр, и упражнений на координацию  
речи и движения на тему «Космос»  
для детей старшего дошкольного  
возраста*



Подготовила: Бойкова А. А.  
воспитатель

## **Физминутка с элементами пальчиковой гимнастики**

### **«Планеты солнечной системы»**

Ребенок – солнце, в центре круг выполняет движения вместе с другими детьми.

Хоровод планеты водят - дети взявшись за руки идут по кругу

В вышине на небосводе - руки поднять вверх

Заклучили Солнце в круг - взялись за руки

И летят за другом друг - легкий бег по кругу

По порядку все планеты назовет любой из нас

Меркурий – раз,

Венера – два,

Три – Земля,

Четыре – Марс,

Пять - Юпитер,

Шесть – Сатурн,

Семь – Уран,

Восьмой – Нептун,

Девять – дальше всех – Плутон.

### **Физминутка "Летим на Марс"**

Как ведет себя Незнайка?

Хорошо ли? Угадай-ка!

Он кричит, что он устал

И весь день, лентяй, проспал.

Мы же с вами не ленились.

Мы весь день с утра трудились!

Мы крутили, колотили

И ракету смастерили.

А пока Незнайка спит,

На марс ракета полетит!

На марсе мы следы оставим.

Знаменитыми мы станем.

Мы попрыгаем, поскачем.

Если трудно, мы не плачем!

Раз-два, раз-два

Возвращаться нам пора.

(Выполнять движения руками в соответствие со словами) .

### **Физминутка «Ракета»**

А сейчас мы с вами, дети,

Улетаем на ракете.

На носки поднимись,

А потом руки вниз.  
Раз, два (стойка на носках, руки вверх, ладоши образуют «купол ракеты»)  
Три, четыре – (основная стойка)  
Вот летит ракета ввысь.

В полёте, космонавты должны выполнять специальные «космические правила». Я буду произносить начало правила, а вы его заканчиваете.

Космонавт, не забудь  
Во вселенную держишь (путь).  
Главным правилом у нас  
Выполнять любой (приказ).  
Космонавтом хочешь стать  
Должен много, много (знать).  
Любой космический маршрут  
Открыт для тех, кто любит (труд).  
Только дружных, звездолёт  
Может взять с собой (в полёт).  
Скучных, хмурых и сердитых  
Не возьмём мы на (орбиту).

### **Физминутка**

– Космонавты должны быть сильными и ловкими. Предлагаю вам зарядку на внимание.

– Правая рука делает круги влево, другая – вправо.

– Правая рука чертит в воздухе треугольник, а левая – круг.

– Правая нога в воздухе квадраты, а левая рука – треугольники.

### **Физминутка.**

Над Землею ночью поздней,  
Только руку протяни,  
Ты ухватишься за звезды:  
Рядом кажутся они.  
Можно взять перо Павлина,  
Тронуть стрелки на Часах,  
Покачаться на Дельфине,  
Покачаться на Весах.

Руки вверх, в стороны вниз  
Потянулись, руки вверх  
Руки в кулачки сжимать  
Руки перед глазами  
Ноги вместе, руки вверх, покачаться  
Наклон вниз, руки машут тик-так  
Присесть, руки вперед  
Ноги на ширине плеч, руки в стороны,  
покачаться

Над Землею ночью поздней  
Если бросить в небо взгляд,

Руки вниз, поднять голову вверх

Ты увидишь, словно гроздь,      Потянулись вверх, руки вверх  
Там созвездия висят.              Руками берем созвездия

## **Упражнение на координацию речи и движения «Полет»**

– 5, 4, 3, 2, 1!	<i>Поднимают руки рывками через стороны.</i>
Вот мы в космос летим!	<i>Соединяют руки в «замок».</i>
Мы взлетаем высоко,	<i>Бегут по кругу.</i>
Мчит ракета быстро.	
Полетим мы далеко	
К звездочкам лучистым.	<i>Кружатся.</i>
Вокруг звезд мы облетели,	
Выйти к звездам захотели.	<i>Ходят, делая плавные движения руками.</i>
В невесомости плывем	
Рядом с нашим кораблем.	
Снова дальше летим,	<i>Садятся на свои места.</i>
В иллюминаторы глядим.	

## **2. Развитие мелкой моторики.**

### **Игра «Построй ракету»**

– А давайте-ка, ребята,  
Поиграем в космонавтов.  
В космос с вами полетим!  
Собираемся в полет,  
Строим новый звездолет. – Давайте выложим из геометрических фигур ракету, вот вам образцы. (*Дети из набора геометрических фигур составляют ракету по данному образцу*).

## **3. Игра на внимание**

### **«Собираемся в полет»**

– Звездолет мы смастерили,  
А багаж собрать забыли.

– На космическом корабле нет ничего лишнего, случайного. Поэтому мы возьмем только те вещи, которые нужны во время космического путешествия. Я буду показывать разные предметы, а вы должны хлопать в ладоши, если этот предмет пригодится в путешествии и топать, если он не нужен – кислородный баллон, подушка, аптечка, половник, звездная карта, шуба, фонарик.

## **4. Пальчиковая игра «Наперсток»**

– Все собрано. Но посмотрите на себя, можно ли в нашей одежде отправиться в космос?  
– Почему? Что нам нужно? (скафандры). Сошьем специальные костюмы космонавтов – скафандры.

– Шьет иголка, шьет иголка	<i>Левая ладошка раскрыта, в правой руке</i>
–	
Пальцу больно, пальцу колко.	<i>воображаемая иголка.</i>
А наперсток в тот же миг	<i>Иголка «шьет» и задевает кончики</i>
<i>пальцев.</i>	
К ребятам на пальчик	<i>Дети как будто надевают наперсток на</i>
<i>палец.</i>	
Прыг!	
Говорит иголке:	<i>«Шьют».</i>
– Шей,	
А колотья ты не смей!	<i>Грозят пальцем.</i>

## **5. Фонопедическое упражнение «Ракета»**

Наш экипаж к полету готов. Внимание, займите свои места.  
Проверим, все ли системы космического корабля работают.

– Пристегнули ремни –	
– Проверяем топливо. –	<i>Произносят «ш-ш-ш...».</i>
– Открываем и закрываем люки. –	<i>Делают glissando на звук (а).</i>
– Проверяем радио –	<i>Произносят короткие и длинные звуки</i>
<i>(у).</i>	
– Включаем мотор. –	<i>Произносят звук (р) и вращают</i>
<i>кулачками.</i>	

## **6. Упражнение на координацию речи и движения «Полет»**

– 5, 4, 3, 2, 1!	<i>Поднимают руки рывками через стороны.</i>
Вот мы в космос летим!	<i>Соединяют руки в «замок».</i>
Мы взлетаем высоко,	<i>Бегут по кругу.</i>
Мчит ракета быстро.	
Полетим мы далеко	
К звездочкам лучистым.	
Вокруг звезд мы облетели,	<i>Кружатся.</i>
Выйти к звездам захотели.	
В невесомости плывем	<i>Ходят, делая плавные движения руками.</i>
Рядом с нашим кораблем.	
Снова дальше летим,	<i>Садятся на свои места.</i>
В иллюминаторы глядим.	