Муниципальноебюджетноедошкольноеобщеобразовательноеучреждение
№27«Микки-Маус»

КАРТОТЕКА МАТЕМАТИЧЕСКИХ ФИЗМИНУТОК



Подготовила: Шишкина Жанна Валерьевна, воспитатель

Сургут,2025

Физкультминутки для математики.

Речка

К речке быстрой мы спустились, *Ходьба на месте*.
Наклонились и умылись. *Наклоны вперед*.
Раз, два, три ,четыре,
Вот как славно освежились. *Хлопки в ладоши.*
А теперь поплыли дружно,
Делать так руками нужно: *Круговые движения руками*.
Вместе - раз, это — брасс. *Движения по тексту.*
Одной, другой- это кроль.
Все как один—*Волнистые движения руками*.
Плывем, как дельфин.
Вышли на берег крутой *Прыжки на месте.*
И отправились домой. *Ходьба на месте.*

***

Весёлыепрыжки

Раз,два—*Прыжкинаправойноге.*
Стоитракета.*Встали,рукивверх,имитацияракеты.*
Три,четыре—*Прыжкиналевойноге.*
Самолёт.*Встали,рукивстороны.*
Раз,два—*Прыжкинаправойноге.*
Прыжкинаместе,*Прыжкинадвухногах.*
Апотом*Прыжкиналевойноге.*
Накаждыйсчёт.*Прыжкинадвухногах.*
Раз, два, три, четыре *Хлопкивладоши*.
Руки выше, *Руки вверх.*
Рукишире.*Рукивстороны*.
Раз,два,три,четыре. *Хлопкивладоши.*
Инаместепоходили. *Ходьбанаместе.*



Видишь,бабочкалетает?

Видишь,бабочкалетает,*Машемруками-крылышками*.
На лугу цветы считает. *Считаем пальчиком.*
Раз, два, три, четыре, пять. *Хлопки в ладоши*.
Ох,считать,несосчитать!*Прыжкинаместе*.
Задень, задваиза месяц... *Шагаемнаместе.*
Шесть,семь,восемь,
Девять, десять. *Хлопки в ладоши*.
Даже мудрая пчела, *Машемруками-крылышками*.
Сосчитать бы не смогла! *Считаем пальчиком*.

***

Посчитаем.

Раз,два,три,четыре, пять.
Можно все пересчитать. *Ходьбасвыставлениемуказательногопальца вперед.*
Скольковкомнатеуглов? *Показатьнауглысповоротамитуловища.*
Скольконогуворобьев? *Приподниматьпоочередноги.*
Сколькопальцевнаруках? *Раскрытьпальцырук.*
Сколькопальцевнаногах? *Присесть,коснутьсяносковног.*
Скольковсадикескамеек?*Полуприседания.*
Скольковпятачкекопеек? *Попрыгатьлегкоилиприподниматьпятки.*

***

Силач.

Раз,два,три,четыре— *Рукивсторонышкплечам.*
Будувсехсильнеевмире.*Показатьсилача (рукивверху).*
Буду в цирке выступать. *Силач(рукивверху)поворотывправовлевос пружинкой*
Бегемотаподнимать. *Силач(рукивнизу)чутьнаклонитьсявперед.*



Отдохнем.
Мысчиталииустали.*Шагинаместе.*
Дружновсемытиховстали.*Встали,рукинапоясе.*
Ручками похлопали: 1,2,3.*Движения*
Ножками потопали: 1,2,3.*По тексту.*
*С*ели, встали, снова сели, *Приседания.*
Друг на друга посмотрели. *Рукинапоясе,поворотытуловищавправо, влево*.
Мынемножкоотдохнем, *Шагинаместе.*
Иопятьсчитатьначнем.

***

Математическаяфизкультминуткавдетскомсаду

–Допятисчитаем,гиривыжимаем,	*(стоя, ноги слегка расставлены, руки поднять медленновверх—встороны,пальцысжатыв кулак (4-5 раз))*
–Сколькоточекбудетвкруге,Столько раз поднимем руки	*(надоске—кругсточками.Взрослыйуказывает на них, а дети считают, сколько раз надо поднятьруки)*
–Сколькоразударювбубен,Столькораз дрова разрубим,	*(стоя,ногинаширинеплеч,рукивзамокввверх резкие наклоны вперед — вниз)*
–Сколькоелочекзеленых,Столько выполним наклонов,	*(стоя,ногиврозь,рукинапоясе.Выполняются наклоны)*
–Сколькоклетокдочерты,Столькораз подпрыгни ты (3 по 5 раз),	*(надоскеизображено5клеток.Взрослый указывает на них, дети прыгают)*
–Приседаемстолькораз,Сколькобабочек у нас	*(стоя,ногислегкарасставить.Вовремя приседаний руки вперед)*
–Наносочкивстанем,Потолокдостанем	*(основнаястойка,рукинапоясе.Поднимаясьна носки, руки вверх — в стороны, потянуться)*
–Сколькочерточекдоточки,Столько встанем на носочки (4-5 раз),	*(основнаястойка.Приподъеменаноскахрукив стороны — вверх, ладони ниже уровня плеч)*
–Наклонилисьстолькораз,Сколько уточек у нас.	*(стоя,ногиврозь,Принаклонахноги несгибать)*
–Будемсчитать,Грибысобирать	*(стоя,ногинаширинеплеч.Наклонывперед (имитация сбора грибов)*
–Сколькопокажукружков,Столько выполнишь прыжков (5 по 3 раза),	*(стоя, рукинапоясе, прыжкинаносках)*
–Ягодысчитаем,Дружноприседаем,	*(основнаястойка, рукина поясе.*

Раз—мывстали,распрямились.

Два — согнулись, наклонились.

Три — руками три хлопка.

А четыре — под бока.

Пять—рукамипомахать.

Шесть—наместосестьопять.

***

Рыбки весело плескались
Вчистойсвеженькойводе.
То согнутся, разогнутся.
То зароются в песке.
Приседаемстолькораз
Сколько рыбок здесь у нас.
Сколько чаек у нас 9
Столькомыподпрыгнемраз.

***

Раз, два – выше голова.
Три,четыре–рукишире.
Пять,шесть–тихосесть.
Раз–подняться.Подтянуться.
Два – согнуться, разогнуться.
Три – в ладоши три хлопка,
Головою три кивка.
На четыре – руки шире,
Пять–рукамипомахать,
Шесть–застолтихонькосядь.



Наклоныипрыжки

Ктодополадостает?
Этусложнуюработу
Тожеделаемпосчету.(Наклонывперед)
Давай присядем столько раз
Сколькоподснежниковунас.
Сколькоподснежниковунас,
Столько мы подпрыгнем раз.

***

Нарисуйглазамитреугольник.
Теперь его переверни вершиной вниз.
Ивновьглазамитыпопериметруведи.
Рисуй восьмерку вертикально.
Тыголовоюнекрути,
Алишьглазамиосторожно
Ты вдоль по линиям води.
И на бочок ее клади.
Теперьследигоризонтально,
И в центре ты остановись.
Зажмурься крепко, не ленись.
Глазаоткрываеммы,наконец.
Зарядкаокончилась.Ты–молодец!

***

На одной ноге постой-ка,
Будтотысолдатикстойкий.
Ногу правую – к груди,
Дасмотри–не упади.
Атеперьпостойналевой,
Еслитысолдатиксмелый.
Буратино потянулся,
Разнагнулся, дванагнулся.
Руки в стороны развел,
Ключик, видно, не нашел.
Чтобыключикнамдостать,
Нужно на носочки встать.
Мы считали и устали,
Дружновсемытиховстали.
Ручкамипохлопали,раз,два,три.
Ножками потопали, раз, два, три.

Часики

Сели,встали,встали,сели И
друг друга не задели.
Мы немножко отдохнем
И опять считать начнем.
Вышеруки!Ширеплечи!
Раз, два, три! Дыши ровней!
От зарядки станешь крепче,
Станешь крепче и сильней.
Сколько елочек зеленых,
Стольковыполнимнаклонов,
Сколькоздесьунаскружков,
Столько сделаем прыжков.
(количествоопределяетсамвоспитатель)

***

Веселыепрыжки

Раз,два–стоитракета.
Три,четыре–самолет.
Раз,два–хлопоквладоши, А
потом на каждый счет.
Раз, два, три, четыре –
Рукивыше,плечишире.
Раз, два, три, четыре –
Инаместепоходили.(3раза)

***

Сколько зайчиков у нас,
Столько и подпрыгнем раз.
Сколько палочек до точки,
Стольковстанемнаносочки.
Сколькоточекбудетвкруге,
Столько раз поднимем руки.



Раз—подняться,подтянуться
Два —согнуться, разогнуться
Три—владошитрихлопка,головоютрикивка. На
четыре — ноги шире.
Пять—рукамипомахать
Шесть—застолтихонькосесть.

***

Мышли-шли-шли,
Землянику нашли.
Раз,два,три,четыре,пять,
Мы идем искать опять.
Наклониться.
Левойрукойкоснутьсяправойноги.
Правая рука остается на поясе.
Потом,«увидев»ягодкуулевойноги,
«сорвать»ееправойрукой.
Мыладонькглазаминаставим, Ноги
крепкие расставим.
Поворачиваясьвправо,
Оглядимся величаво.
Иналевонадо тоже
Поглядетьизподладошек.
И – направо! И еще

***

Черезлевоеплечо!

Кружки-прыжки

Раз,два,три,четыре, пять,
Началзаинькаскакать.(подскоки на
месте)
Прыгать заинька горазд,
Онподпрыгнулдесятьраз
(прыжки)
Наносочкивстали
Потолок достали.
Наклонилисьстолькораз,
сколько уточек у нас.
Сколько покажу кружков.
Стольковыполнипрыжков.



Отзеленогопричалаоттолкнулсяпароход(встать) Он
шагнул назад вперед (шаг назад)
Апотомшагнулвперед(шагвперед)
Ипоплыл,поплылпоречке(движенияруками)
Набирая полный ход (ходьба на месте).

***

Сначалабудумаленьким,(присесть)
Кколеночкамприжмусь.(обнятьколенируками)
Потом я вырасту большим, (встать)
Донебадотянусь.(поднятьрукивверх,встатьнаносочки)

***

На болоте две подружки,
Две зеленые лягушки,
Утром рано умывались,
Полотенцемрастирались.
Ножками топали,
Ручками хлопали,
Вправо,влевонаклонялись
И обратно возвращались
Вот здоровья в чем секрет.
Всемдрузьяфизкультпривет! А
сейчас мы с вами, дети,
Улетаем на ракете.
Наноскиподнимись,
А потом руки вниз.
Раз, два, три, четыре –
Вотлетитракетаввысь!



Тримедведя

Тримедведяшлидомой:(детиидуткак медведь)
Папабылбольшой-большой.(поднимаютрукивверх)
Мамасним–поменьшеростом,(рукинауровнегруди,вытянутывперёд) А
сыночек просто крошка, (садятся на корточки)
Оченьмаленькийонбыл, С
погремушками ходил.
(встаютиимитируютигрунапогремушках,поднимаютрукивверхи
произносят слова: динь-динь-динь)

***

Аист,аист,длинноногий,
Покажи домой дорогу.
Топай правою ногой,
Топай левою ногой.
Снова—правоюногой,
Снова — левою ногой,
После—правоюногой,
После — левою ногой.
Воттогдапридешьдомой.
Рукикверхуподнимаем,апотомихопускаем, А
потом их разведем
И к себе скорей прижмем.
Апотомбыстрей,быстрей,
Хлопай, хлопай веселей!

