**Физкультурные минутки**

**«Правила дорожного движения»**

\*\*\*

***«Автобус»***

Вот мы в автобусе сидим

и сидим, и сидим.

И из окошечка

Глядим, все глядим.

Глядим назад, глядим вперёд

вот так - вот, вот так - вот.

Ну что ж автобус не везёт, не везёт

Колёса закружились

вот так - вот, вот так – вот.

Вперёд мы покатились

Вот так – вот, вот так  – вот.

А щётки по стеклу шуршат

Бжик -бжик, бжик -бжик

Все капельки смести хотят

–бжик, -бжик, бжик, -бжик.

И мы не просто так сидим,

Би –би –би,

И громко, громко все гудим

Би –би -би.

Пускай автобус наш трясёт

Вот так -вот, вот так -вот.

Мы едем, едем всё вперёд

Би –би -би.

\*\*\*  
***Мы - шоферы***

(дети должны показывать движения)

Качу, лечу

Во весь опор(дети шагают)

Я сам-шофер(имитируют управлением рулем)

И сам – мотор(круговые движения плечами)

Нажимаю на педаль(сгибают ногу в колене)

И машина мчится в даль.(бег на месте)

\*\*\*

***Пешеходы***

Постовой стоит упрямый (Ходьба на месте).

Людям машет: Не ходи!

(Движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз)

Здесь машины едут прямо (Руки перед собой)

Пешеход, ты погоди!(Руки в стороны)

Посмотрите: улыбнулся (Руки на пояс, улыбка)

Приглашает нас идти (Шагаем на месте)

Вы, машины, не спешите (Хлопки руками)

Пешехода пропустите! (Прыжки на месте)

\*\*\*

Чтоб аварий избегать. (руки на пояс - повороты в стороны)

Надо строго соблюдать

Правила движения (поочередное поднимание рук - вперед, вверх, развести в стороны, опустить)

И нормы поведения.

Вы запомните, друзья.

На дороге нам нельзя

Бегать, прыгать и скакать (прыжки на месте на двух ногах)

И с мячом в футбол играть.

И не думайте напрасно (ходьба на месте с высоким подниманием колен)

Что здесь вовсе не опасно.

Изучайте понемногу, как переходить дорогу.

\*\*\*

***Дорога без разметки***

Я в деревню этим летом (руки на плечи - круговые движения вперед)

Ездил на машине с дедом. (руки на плечи-круговые движения назад)

На дороге здесь порой (прямую ногу вперед на носок поочередно)

Нет разметки никакой.

Ну и как тогда нам быть (прямую ногу назад поочередно)

Как её переходить?

Если нет машин, то можно.

Только очень осторожно:

Влево-вправо посмотреть. (руки на пояс - повороты в стороны)

Не бежать и не лететь!

И без лишней суеты (ходьба с высоким подниманием колен)

Перейдёшь дорогу ты!

\*\*\*

***«Зебра»*** *Ирина Гурина*

У асфальтовой дороги (поочередное поднимание рук - вперед, вверх, развести в стороны, опустить)

Возмущались носороги:

- Пешеходам нет пути!

Как дорогу перейти?

Мимо едут, вжик да вжик, (руки на пояс - повороты в стороны)

То такси, то грузовик,

То автобус, то маршрутка –

На дорогу выйти жутко!

Подошёл художник крот: ( ходьба на месте)

- Нарисуем переход!

Чёрно-белая дорожка

От порожка до порожка.

Зебра ахнула: - Друзья! (наклоны головы в стороны)

Полосатый он, как я!

С той поры зовёт народ (наклоны головы вперед-назад)

«Зеброй» этот переход.

***«Подземный переход»*** *Ирина Гурина*

Шли пешеходы по чистой дорожке: (ходьба на месте)

Бабушки, мамы, школьники, крошки.

И даже собаки, вороны и кошки (прыжки на месте на двух ногах)

Гуляли без страха по этой дорожке.

Проспект очень шумный лежал на пути. (поочередное поднимание рук - вперед, вверх, развести в стороны, опустить)

Машины мешали его перейти.

Машины, как галки, шумели, галдели,

И фарами яркими строго глядели.

Дорожка как хвостик щенячий вильнула (руки на плечи - круговые движения вперед)

И вниз по ступенькам под землю нырнула, (руки на плечи - круговые движения назад)

Дорожка сказала животным и людям: (прямую ногу вперед на носок поочередно)

- Машинам сердитым мешать мы не будем. (прямую ногу назад на носок поочередно)

\*\*\*

Три друга пешехода в любое время года. (наклоны головы в стороны)

Красный свет - твой первый друг - (наклоны головы вперед-назад)

Деловито строгий. (руки на плечи - поднять вверх)

Если он зажёгся вдруг - Нет пути дороги.

Жёлтый свет - твой друг второй (прямые руки развести в стороны, опустить)

Даёт совет толковый:

Стой! Внимание утрой!

Жди сигналов новых!

Третий друг тебе мигнул (ходьба на месте)

Своим зелёным светом:

Проходи! Угрозы нет!

Я порукой в этом!

***Светофор.***

Стоп, машина! (ходьба на месте)

Стоп, мотор!

Тормози скорей,

Шофёр!

Красный глаз (прямы руки в стороны, вверх, опустить)

Глядит в упор -

Это строгий

Светофор.

Вид он грозный (руки на пояс - повороты в стороны)

Напускает,

Дальше ехать

Не пускает.

Обождал шофёр (ходьба на месте)

Немножко,

Снова выглянул

В окошко.

Светофор (повороты головы в стороны)

На этот раз

Показал

Зелёный глаз,

Подмигнул (наклоны головы вперед-назад)

И говорит:

«Ехать можно,

Путь открыт! »

\*\*\*

Вот идёт пешеход - раз, два, три.

Как он знает правила – посмотри! (шагают на месте)

Красный свет – дороги нет,

Стой и жди! (останавливаются)

Жёлтый свет горит в окошке,

Подождём ещё немножко!(делают пружинку)

А зелёный впереди – иди! (снова шагают)

\*\*\*

***Машина***

Шла по улице машина,

Шла машина без бензина,

Шла машина без шофера,

Без сигнала светофора,

Шла, сама куда не зная,

Шла машина заводная.

Двигаться в заданном направлении,

вращая воображаемый руль.

\*\*\*

***Машина***

Завели машину: ш-ш-ш.(Вращения руками перед грудью)

Накачали шину: ш-ш-ш.

"Насос".

Улыбнулись веселей

И поехали скорей. (2 раза).(Вращение воображаемого руля)

Едем-едем мы домой.

Едем-едем мы домой (движения имитирующие поворот руля)  
На машине легковой   
Въехали на горку: хлоп, (руки вверх, хлопок над головой)  
Колесо спустилось: стоп. (руки через стороны вниз, присесть)

Стоп, машина   
Стоп, машина, стоп, машина,   
Стоп, машина, стоп!   
Стоп, машина, стоп, машина,   
Стоп, машина, стоп! (Каждый отбивает ритм кулаком о ладонь. Потом все   
молча, без движений, в полной тишине, не шевеля губами, повторяют про   
себя текст. В нужный момент дети (никто знака не подает) должны   
воскликнуть хором: «Стоп!»)

\*\*\*

***Светофор***

На дороге не болтай,

Ворон, кошек не считай (поворачивают голову влево, вправо)!

И тогда с тобой беда

Не случится никогда (прыгают на месте, хлопают в ладоши над головой)!

Светофор даёт совет (выполняют движение головой вверх, вниз, руки на поясе):

Красный свет — прохода нет (идут по кругу назад)!

На зелёный — проходи,

Нет преграды на пути (идут по кругу вперёд)!

\*\*\*

***Едем-едем мы домой.***

Едем-едем мы домой (движения имитирующие поворот руля)  
На машине легковой   
Въехали на горку: хлоп, (руки вверх, хлопок над головой)  
Колесо спустилось: стоп. (руки через стороны вниз, присесть)