

## Лексическая тема «Космос»

### Физминтуки

#### «Ракета».

А сейчас мы с вами, дети,

Улетаем на ракете.

На носки приподнимись,

А потом руки вниз.

Раз, два, (*Стойка на носках, руки вверх, ладоши образуют «купол ракеты»*)

Три, четыре – (*Основная стойка*)

Вот летит ракета ввысь!

\*\*\*

#### «Луна»

В небе плавает луна. (*плавные покачивания влево и вправо*)

В облака зашла она.

Один, два, три, четыре, пять (*хлопки в ладоши*)

Можем мы луну достать. (*руки вверх*)

Шесть, семь, восемь, девять, десять — (*хлопки над головой*)

И пониже перевесить. (*руки вниз*)

Десять, девять, восемь, семь – (*ходьба на месте*)

Чтоб луна светила всем. (*дети тихо садятся*)

\*\*\*

Мы летим к другим планетам! (*бегут по группе*)

Объявляем всем об этом!

Весь игрушечный народ (*повороты туловищем*)

С нами просится в полет.

Жметса зайнька к ракете: (*прыгают, как зайчики*)

- Полечу я с вами, дети,

На любую из планет,

Где волков зубастых нет.

Мышки-крошки засмеялись: (*бегают, как мышки*)

- Мы летали, не боялись,

Высота – красота,

Ни единого кота!

Даже плюшевый медведь (*ходят, как мишки*)

Хочет к звездам полететь (*руки поднимают вверх*)

И с Большой Медведицей (*хлопают в ладоши*)

В синем небе встретиться. (*руки поднимают вверх, кружатся*)

\*\*\*

Большая желтая луна (*руки над головой – «большая луна»*)

Бледнеет и заходит.

Погасли звезды, и видна (*руки в стороны*)

Заря. И солнце всходит. (*руки вверх*)

Я встану, а луне – в кровать (*«луна» над головой*)

До вечера ей надо спать! (*изображают «спящую» луну*)

## Пальчиковая гимнастика

\*\*\*

В космосе сквозь толщу лет           *(Сжимают и разжимают пальцы рук.)*  
Ледяной летит объект.               *(Поднимают сжатый кулак, наклоняют*

*вправо-влево.)*

Хвост его-полоска света, *(К кулаку присоединяют раскрытые пальцы второй*  
*руки- «хвост».)*

А зовут объект комета.               *(Сжимают и разжимают пальцы рук.)*

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять - *По одному загибают пальчики на обеих руках.*

В космос полетел отряд.               *Соединяют ладошки вместе, поднимают руки*  
*вверх.*

Командир в бинокль глядит,       *Пальца обеих рук соединяются с большими,*  
*образуя «бинокль».*

Что он видит впереди?

Солнце, планеты, спутники,       *Загибают пальчики обеих рук*  
кометы,

Большую желтую луну.

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять - *По одному загибают пальчики на обеих руках.*

В космос полетел отряд.               *Соединяют ладошки вместе, поднимают руки*  
*вверх.*

Командир в бинокль глядит,       *Пальца обеих рук соединяются с большими,*  
*образуя «бинокль».*

Что он видит впереди?

Солнце, планеты, спутники,       *Загибают пальчики обеих рук*  
кометы,

Большую желтую луну.

## Дыхательная гимнастика

### «Спутник»

Дутье на маленький кусочек ваты («спутник»). Чей «спутник» поднимется выше?

#### «Запускаем двигатель».

И.п. - стойка ноги врозь, руки перед грудью, сжаты в кулаки. Вдох - и.п.; выдох - вращать согнутые руки (одна вокруг другой) на уровне груди; при этом на одном вдохе произносить: «Р-р-р-р». Повторить 4-6 раз.

#### «Летим на ракете».

И.п. - стоя на коленях, руки вверх, ладони соединить над головой. Вдох - и.п.; долгий выдох - покачиваться из стороны в сторону, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, протяжно произносить: «У-у-у-у». Повторить четыре-шесть раз.

#### «Надеваем шлем от скафандра».

И.п. - сидя на корточках, руки над головой сцеплены на замок. Вдох - и.п.; выдох - развести руки в стороны, произнести: «Чик». Повторить четыре-шесть раз.

#### «Пересаживаемся в луноход».

И.п. - узкая стойка, руки вдоль туловища.

Вдох и.п.; выдох - полный присед, руки вперед, произнести: «Ух!».

Повторить четыре-шесть раз.

#### «Лунатики».

И.п. - стоя на коленях, руки согнуты в локтях и разведены в сторону, пальцы врозь. Вдох - и.п.; выдох - наклонить туловище в сторону, произнести: «Хи-хи», повторить по три-четыре раза в каждую сторону.

#### «Вдохнем свежий воздух на Земле».

И.п. - ноги врозь, руки вдоль туловища.

Вдох - через стороны поднять руки вверх; выдох - руки плавно опустить, произнести: «Ах!». Повторить четыре-шесть раз.

## Загадки

Самый первый в Космосе  
Летел с огромной скоростью  
Отважный русский парень  
Наш космонавт ... .

*Гагарин*

Посчитать совсем не просто  
Ночью в темном небе звезды.  
Знает все наперечет  
Звезды в небе ... .

*звездочет*

Планета голубая,  
Любимая, родная,  
Она твоя, она моя,  
И называется ... .

*Земля*

Сверкая огромным хвостом в темноте  
Несется среди ярких звезд в пустоте,  
Она не звезда, не планета,  
Загадка Вселенной - ... .

*комета*

Океан бездонный,  
Океан бескрайний,  
Безвоздушный, темный,  
И необычайный,  
В нем живут Вселенные,  
Звезды и кометы,  
Есть и обитаемые,  
Может быть, планеты.

*Космос*

Освещает ночью путь,  
Звездам не дает заснуть,  
Пусть все спят, ей не до сна,  
В небе не заснет ... .

*Луна*

Медведь на глыбе ледяной,  
Подружка в небе над волной.  
Она – созвездье, он живой  
В блестящей шубе меховой.  
Он дружит с ветром и водой,  
Она – с Полярною звездой.  
Никак не могут встретиться  
Медведь с Большой ... .

*медведицей*

Почти что со скоростью света  
Осколок летит от планеты,  
К Земле направляясь, летит и летит  
Небесный космический ... .

*метеорит*

Галактика молочная,  
В которой мы живем,  
Рассыпалась космическим  
Сверкающим дождем.  
Мы облететь сумеем  
Ее когда-нибудь,  
Зовем свою галактику  
Мы просто... .

*Млечный путь*

На корабле воздушном,  
Космическом, послушном,  
Мы, обгоняя ветер,  
Несемся на ... .

*ракете*

Специальный космический есть аппарат,  
Сигналы на Землю он шлет всем подряд,  
И как одинокий путник  
Летит по орбите ... .

*спутник*

Есть специальная труба,  
В ней Вселенная видна,  
Видят звезд калейдоскоп  
Астрономы в ... .

*телескоп*

Объект есть во Вселенной  
Коварный, не простой,  
Он звезды пожирает  
Как бутерброд с икрой.  
Опасно незаметная  
И глазом не видна,  
Такая темно-темная ... .

*черная дыра*