**Физкультминутки на патриотическую тему**

**Физкультминутка: «Ура!»**  
Раз, два, три, четыре *Руки в стороны и с силой к плечам.*  
Будем всех сильнее в мире. Будем мир мы защищать, *Поднимают прямые руки и скрещивают, над головой.*  
Будем маму обнимать.    
На носочки встанем, *Поднимаются на носочках.*  
Солнышко достанем.  
До пяти считаем, *Приседают пять раз.*Дружно приседаем. Ура! *Кричат, подняв руки вверх.*  
  
**Физкультминутка: «Будем мир мы защищать»** (выполняется в парах).  
Раз, два, три, четыре, пять. *Поочередно соединяют пальчики обеих рук.*  
Будем мир мы защищать! *Жмут руки друг другу.*  
На границе встанем, *Прямые руки вытягивают вперёд.*  
Всех врагов достанем. *Шаг, выпад вперёд.*  
Будем чаще улыбаться, *Повороты в стороны, улыбаются друг другу.*  
А не ссориться и драться! *Обнимаются друг с другом.*  
  
**Физкультминутка: «Вертолёт»**  
Вот мотор затарахтел. *Вращают руками, согнутыми в локтях,*  
У-у, как быстро полетел. *Кисти, сжаты в кулак.*

Полетел над лугом, *Двигаются по кругу друг за другом.*  
По большому кругу. А потом поднялся в горы, *Поднимают руки вверх.*  
А с горы в ущелье. *Приседают.* Вот лес, и мы тут. И*зображают ели, опустив руки вниз под* *углом кружатся.*

Достаём парашют.

Парашюты все раскрылись, Дети мягко приземлились. *Садятся на места.*  
  
**Физкультминутка: «Мы военные»**  
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.*  
  
**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*.  
  
**Физкультминутка: «Победа!»**  
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.*  
  
**Физкультминутка**  
(показываем картинки с изображением военной техники и цифр)  
Улыбнёмся мы друг другу,  
А потом поднимем руки \_\_\_ раз.  
Сколько танков здесь зелёных, \_\_\_  
Столько выполним наклонов.  
Приседаем столько раз,  
Сколько кораблей у нас. \_\_\_  
Самолёты посчитай скорей, \_\_\_  
И попрыгай веселей.  
Улыбнёмся мы сейчас ещё много, много раз!

**Физкультминутка: «Игра идёт!»**  
Мы лётчики, пилоты *Руки в стороны, повороты туловища*.  
Мы водим самолёты.  
Танкисты и ракетчики, *Наклоны в стороны.*  
Мы славные разведчики.  
Мы моряки, подводники, *Приседания.*  
Мы храбрые бойцы.  
Скоро в Армию пойдём, *Шагают на месте.*  
А пока игра идёт!