

**«Речь с движением»**  
**Подборка игр по теме:**  
**«Защитники Отечества. Спорт»**

Автор подборки воспитатель:  
С.В. Макеева

**«СПОРТСМЕНЫ»**

Чтоб болезней не бояться,  
Надо спортом заниматься.  
Играет в теннис – теннисист,  
Он спортсмен, а не артист.

*(Поднимают руки к плечам, вверх, к плечам, в стороны)*

В футбол играет — футболист,  
В хоккей играет — хоккеист,  
В волейбол — волейболист,  
В баскетбол — баскетболист

*(Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца)*

**«ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА»**

Не допустят к нам войну

*(обе ладони от себя)*

Защитят свою страну:

*(руки соединить перед собой)*

*(Загибаем по одному пальцу сначала на правой руке, потом на левой, начиная с мизинца)*

Пограничник (5), вертолётчик (4),

Врач военный (3) и танкист(2)

*(Смена рук)*

А ещё десантник (5), лётчик (4),

Снайпер(3) и артиллерист(2).

**«ПОГРАНИЧНИКИ»**

Тропинки лесные,

Пахучие травы

*(движения руки вперёд, вдох носиком).*

За темным врагом

Простор полевой,

*(Правая рука надо лбом, смотрим вдаль).*

Идёт пограничник

В дозор от заставы,

В любую погоду –

И ночью и днём

*(шагаем, маршируем).*

## **«В АРМИИ»**

«Ракеты летят» —

*(руки свести над головой)*

«танки едут» —

*(руки свести и вытянуть перед собой)*

«самолёты летят» —

*(руки развести в стороны)*

«пехота идёт» —

*(маршируют)*

«под воду» —

*(присесть)*

## **«ЛЫЖНИКИ»**

Мы на лыжах в лес идем,

Мы взбираемся на холм.

Палки нам идти помогут,

Будет нам легка дорога.

*(Выполняют движения руками, словно работают лыжными палками)*

## **«ЗАРЯДКА»**

Мы ногами – топ-топ,

Мы руками хлоп-хлоп.

*(Движения выполняются по содержанию текста)*

Мы глазами – миг-миг.

*(Руки на поясе, моргаем глазами)*

Мы плечами – чик-чик.

*(Руки на поясе, плечи вверх-вниз)*

Раз – сюда, два – туда,

*(Руки на поясе, глубокие повороты вправо-влево)*

Повернись вокруг себя.

Раз – присели, два – привстали,

Руки кверху все подняли.

Сели, встали,

Ванькой-встанькой стали.

Руки к телу все прижали

И подскоки делать стали,

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч.

*(Движения выполнять по содержанию текста)*

Раз-два, раз-два,

Заниматься нам пора!

*(Стоя на месте, поднять руки через стороны вверх и опустить вниз)*

## **«СОЛДТЫ»**

Солдаты выстроились в ряд и готовы идти на парад.

Как солдаты на параде мы шагаем ряд за рядом

Левой - раз, левой - раз, посмотрите все на нас.

Мы захлопали в ладоши, дружно, веселее,  
Застучали наши ножки громче и быстрее.  
По коленочкам ударим, тише, тише, тише,  
Ручки наши поднимаем, выше, выше, выше.  
Завертелись наши ручки, опустились.  
Мы на месте покружились и остановились.  
Мы руками хлоп, хлоп, мы ногами топ, топ.  
Мы глазами миг, мг, мы плечами чик, чик.  
Раз – сюда, два – сюда, повернись вокруг себя.  
Сели – встали, сели – встали, словно Ванькой-встанькой стали.  
А теперь пустились вскачь, словно мой веселый мяч.  
Красный, синий, голубой, не угнаться за тобой.  
Снова выстроились в ряд, словно вышли на парад.  
Левой – раз, левой – два, заниматься нам пора.

*(Выполнение движений согласно тексту)*

### **«ВЕСЕЛЫЕ ДВИЖЕНИЯ»**

Я люблю играть в футбол,

Забивать в ворота гол.

*(Имитация удара ногой по мячу)*

Я играю в баскетбол,

*(Имитация броска мяча в кольцо)*

И, конечно, в волейбол.

*(Имитация паса в волейбол)*

### **«ЗАЩИТНИКИ»**

Февраль, февраль, зима и солнце!

*(руки вверх опускаем через стороны в низ)*

И первых птичек переклик!

*(махи руками)*

Сегодня выглянул в оконце:

*(руками закрыть лицо и выглянуть)*

Застыл, к стеклу лицом приник.

*(приложить тыльную сторону ладони ко лбу)*

Мои друзья — вчера мальчишки

*(руки к себе, от себя)*

Сегодня выросли и вдруг

*(руки на пояс)*

Все как один, забросив книжки,

*(на каждое слова шаг)*

За руки взялись, встали в круг

*(встать в круг)*

И обещали мамам, сестрам

*(повернуться вправо-влево)*

Границы радости беречь,

*(сделать замок и поднять вверх)*

Беречь наш мир — и птиц, и солнце,  
*(хлопки на каждый слог)*  
Меня в окошке убережь!

### **«ЗАРЯДКА»**

Встанем смирно, без движенья,  
Начинаем упражнения:  
Руки вверх подняли – раз!  
Выше носа, выше глаз.  
Упражнение второе,  
Положенье рук иное.  
Будем делать повороты,  
Выполнять с большой охотой.  
А третье у нас упражнение –  
Руки к плечам круговые движения.  
Вперёд-вперёд, назад-назад.  
Это полезно для наших ребят.  
На ноги свои обрати ты внимание.  
Делай глубокие приседания!  
На одной ноге постой-ка,  
Будто ты солдатик стойкий.  
А теперь постой на правой,  
Если ты солдатик бравый.  
*(Выполнение движений согласно тексту)*

### **«НАШИ ВОИНЫ ИДУТ»**

Наши воины идут:  
Раз-два, раз-два.  
*(все шагают на месте)*  
В барабаны громко бьют:  
Тра-та-та! Тра-та-та!  
*(имитируют игру на барабане)*  
В море наши корабли  
*(руки – в стороны, покачиваются с ноги на ногу)*  
Нынче – здесь, завтра – там!  
Долго плавают в дали.  
*(круговые движения руками)*  
Кто идет, кто идет?  
*(«держат автомат», поворачиваясь вправо-влево)*  
Пограничник на посту:  
*(делают движения согнутыми руками, вперед-назад)*  
Едут танки по мосту:  
Трр-вперед, трр-вперед!  
*(«моторчик» - круговые движения кистями)*  
Над землю самолет: У-у, у-у!  
*(держат руки в стороны, поворачивая туловище вправо-влево)*

Разрешен ракетам взлет:  
*(приседают на корточки, ладошки сложены впереди)*

У-у-х, у-у-х!

*(быстро встают, поднимая руки вверх)*

Наши пушки точно бьют: Бух, бах!

*(«бокс»)*

Нашей Армии – салют!

*(Поднимают руки в стороны, вверх)*

Крикнем «ура»! Крикнем «ура»!

### **«ЗАРЯДКА»**

Каждый день по утрам

Делаем зарядку,

*(ходьба на месте)*

Очень нравится нам.

Делать по порядку:

Весело шагать,

*(ходьба)*

Руки поднимать,

*(руки вверх)*

Руки опускать,

*(руки вниз)*

Присесть и встать,

*(4-6 раз)*

Прыгать и скакать.

*(5-7 прыжков)*

### **«БОГАТЫРИ»**

Богатырь – вот он каков:

*(показывают силача)*

Он силён, он здоров,

Он из лука стрелял,

*(имитируют движения)*

Метко палицу бросал,

На границе стоял,

Зорко-зорко наблюдал,

Подрастём, мы и, смотри

*(поднимают руки высоко вверх)*

Станем, как богатыри!

### **«БАРАБАНЩИК»**

Барабанщик очень занят

*(Руки вдоль туловища, чётко проговаривают текст)*

Д-д, д-д-д,

*(Стучат чётко язычком в верхние зубки)*

Барабанщик барабанит,

*(Ритмично изображают игру на барабанах)*

Д-д, д-д-д,  
Бей руками помогай,  
Д-д, д-д-д,  
*(Стучат чётко язычком в верхние зубки)*

Ритм ногами отбивай,  
Д-д, д-д-д,  
*(Стучат чётко язычком в верхние зубки)*

### **«ДОЗОР»**

Свой ремень  
Мне подарил  
Старший брат.  
*(Сведение и разведение кулачков перед грудью)*

Целый день  
Я мастерил  
Автомат.  
*(Ритмичные удары кулачками друг о друга)*

А потом —  
Надел пилотку,  
*(«Надеть пилотку»)*

Изменил  
Слегка походку *(Руки на пояс)*  
—левой!

левой! —  
Через двор.  
*(Марширование на месте с руками)*

У берёзы  
Встал в дозор.  
*(Остановка, «держать автомат» двумя руками справа)*

Вечер.  
*(Поворот головы вправо)*

Звёзды  
*(Голова вверх)*

Тишина.  
*(Смотреть вперёд)*

За спиною —  
Вся страна.  
*(Правая рука к виску — отдать честь)*

### **«ЮНЫЕ СПОРТСМЕНЫ»**

Любим спортом заниматься  
Будем очень мы стараться  
Мяч бросать и принимать,  
Метко вдаль его кидать.  
Ловко прыгать на скакалке,  
Ног своих совсем не жалко.

Приседать и вновь вставать  
Руки быстро поднимать  
Наклониться вправо влево  
(выполнение движений согласно тексту)

### **«БОГАТЫРСКАЯ СИЛА»**

Встанем смирно, без движенья,  
Начинаем упражненья:  
Руки вверх подняли – раз!  
Выше носа, выше глаз.  
Упражнение второе –  
Положенье рук иное.  
Будем делать повороты,  
Выполнять с большой охотой.  
А третье упражненье –  
Руки к плечам – круговые движенья.  
Вперед – вперед, назад – назад,  
Это полезно для наших ребят.  
А теперь сгибаем их без труда,  
Чтобы сила богатырская была.  
(Выполнение движений согласно тексту)

### **«БОЙЦЫ – МОЛОДЦЫ»**

Пальцы наши – все бойцы,  
Удалые молодцы.  
Два – больших и крепких малых,  
И солдат в боях бывалых,  
Два – гвардейца-храбреца,  
Два – сметливых молодца,  
Два – героя безымянных,  
Но в работе очень рьяных.  
Два – мизинца-коротышки  
Очень славные мальчишки.  
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10

Встали пальцы дружно в ряд –  
Десять крепких солдат.

### **«ДОБРЫ МОЛОДЦЫ»**

(маршируют по кругу друг за другом)

То не грозное небо хмурится,  
Не сверкают в степи клинки.

(Основная стойка, руки перед грудью. Поочередно отводят руки в стороны.  
Проигрывают. Сгибают правую руку к плечу, разгибают вперед. То же  
повторяют левой рукой)

Это батюшки Ильи Муромца  
Вышли драться ученики.

*(Руки в стороны – руки перед грудью, проигрыши, сгибают правую руку к плечу, разгибают вперед, тоже повторяют левой рукой)*

За победу их ветры молятся,

Ждут их тернии и венцы.

*(Выполняют 4 приседания, вытягивая руки с гантелями вперед)*

Разгулялись, добры молодцы,

Распотешились молодцы.

*(Делают повороты корпусом вправо, влево с отведением рук в стороны, проигрыши, сгибают правую руку к плечу, разгибают вперед, тоже повторяют левой рукой)*

### **«СЕМЕЙНАЯ ЗАРЯДКА»**

Мы во двор выходим

*(Ходьба на месте)*

Дружною семьёй.

Встанем прямо по порядку,

*(Встали прямо)*

Каждый делаем зарядку:

*(Спина прямая, свели лопатки)*

Мама руки поднимает,

*(Руки вверх-вниз)*

Папа бодро приседает,

*( Приседания)*

Повороты вправо- влево

*(Руки на поясе)*

Делает мой братик Сева.

*(делаем повороты всем корпусом)*

Я сама бегу трусцою

*(Бег на месте)*

И качаю головою.

*(Наклоны головой в стороны)*