

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 393 комбинированного вида «Росток»

ВОСПИТАТЕЛЬ: Безбородова Татьяна Сергеевна

Сборник упражнений

для развития мелкой моторики, дыхания, координации речи с движением; игровой массаж; фонетические упражнения; коммуникативные игры; эмоционально волевые тренинги.



1. Пальчиковая игра «Кря! Кря! Кря!».

Пять маленьких, худеньких, глупых утят

(поднять ладонь с расправленными пальцами)

За мамою-уткой угнаться хотят.

(Ходьба на месте, поочередно поднимая и опуская кисти рук).

Угнаться за мамою-уткой?

(Быстро поочередно поднимать и опускать кисти рук).

Серьезное дело! Не шутка!

(Погрозить пальцем одной руки, затем другой)

Но кратка прогулка, близки берега.

(Развести руки в стороны, затем приблизить ладони друг к другу).

Четыре утенка кричат: «Га, га, га!».

(Показать 4 пальца, 3 раза прикоснуться ими к большому пальцу

«кричат»).

Они ведь не куры- утята.

(Переплести пальцы («замочек»), затем поочередно поднимать и опускать кисти рук).

Они из воды не хотят ведь.

(Сделать отталкивающее движение двумя руками).

Качает утят на прибрежной волне,

(Волнообразные движения руками)

А маленький самый, с пятном на спине,

(Положить ладонь на плечо)

Плывет, говоря: «Кря! Кря! Кря!».

(Двумя руками сделать движение от себя, выпрямляя кисти рук, потом «покрывать», соединяя 4 пальца руки с большим).

2. Упражнение «У оленя дом большой» (с. 110).

Цель: синхронизация речи и движения; развитие внимания.

- Понаблюдали за цветами. Идем по лесу дальше (делаем круг по залу, подходим к первой картинке), а вот и зоопарк, и первый, кого мы увидели: пятнистый, с копытами, с ветвистыми рогами, кто это? (олень).

У оленя дом большой,	Руками показывают крышу над головой.
Он глядит в свое окошко.	Качают головой, правая рука находится чуть выше уровня глаз, левая – ниже подбородка.
Зайка по лесу бежит	Руки сгибаются перед грудью, кисти свободно опускаются, имитируя «лапки».
И в окно стучит.	Правой рукой «стучат» в окно.

«Тук, тук, тук! Дверь открой!	Стучат поочередно руками.
Там в лесу охотник злой!»	Руки сжаты в кулачок, большим пальцем дети показывают назад через плечо.
«Зайка, зайка, не зевай!	Хлопают в ладоши.
Лапку мне скорей давай!»	Протягивают правую руку ладошкой вверх и хлопают по ней левой рукой.

3. Упражнения с превращениями «Веселый зоосад» (с.123).

Цель: развитие выразительности подражательных движений.

(Встаем в круг и прохлопываем следующий текст)

Мы попали в зоосад,
 Побывать здесь каждый рад!
 Здесь медведи и пингвины,
 Попугаи и павлины.
 Здесь жирафы и слоны,
 Обезьяны, тигры, львы.
 Мы под музыку играем
 И движенья выполняем.

(После этих слов дети начинают выполнять движения, соответствующие тексту, в котором отражены повадки разных животных.

При ознакомлении с упражнением педагог сначала предлагает детям самостоятельно изобразить животных, их повадки. А при затруднении показывает наиболее выразительные движения, характеризующие конкретного животного.)

Это – лев. Он – царь зверей. В мире нет его сильней. Он шагает очень важно, Он красивый и отважный.	Дети идут неторопливо, размеренно, с гордо поднятой головой. Шаг выполняют грациозно. С легким подъемом ноги на носок и небольшим разворотом туловища. Руки на поясе.
А вот добрый, умный слон Посылает всем поклон, Он кивает головой И знакомится с тобой.	Выполняют наклоны туловища вперед – вправо, вперед – влево. Пальцы рук прижаты к голове.
Кенгуру так быстро скачет, Словно мой любимый мячик. Вправо – влево, поворот, Прыжок назад, потом вперед.	Стоя на месте, дети сгибают в локтях руки и начинают выполнять легкие прыжковые движения по тексту четверостишия: вправо – влево, вперед – назад и т.д.

<p>Вот павлин. Он чудо - птица. И всегда собой гордится. Выступает ровно, прямо. Смотрит гордо, величаво!</p>	<p>Дети убирают руки за спину, поворачивают голову в одну, потом в другую сторону, двигаются грациозно, мягко переступают с одной ноги на другую, вытянув носочек.</p>
---	--

4. Стихотворение с движениями «Солнышко».

Проснулось солнышко, село на крылечко своего домика, пьет чай, радуется новому дню.

Стоит на небе домик,

(Дети соединяют ладони под прямым углом над головой).

В нем солнышко живет.

(Кладут ладони крест-накрест, широко раздвинув пальцы, поднимают руки).

Чай из самовара

(«Пьют чай из чашки», поднимая одну руку ко рту и опуская ее на раскрытую ладонь другой руки).

На крылечке пьет.

А солнышко похоже

(Прикасаются указательными пальцами к щекам).

Лицом на человечка,

И бродит у крылечка

(Поднимают руки и качают ими).

Облачко-овечка.

Вдруг угрюма, тяжела,

(Медленно поднимают руки, пальцы слегка согнуты и напряжены).

Туча на небо вползла,

Туча к солнышку ползла,

Гром и молнию везла.

(Сжимают пальцы в кулаки и трясут кулаками над головой).

Загремело у ворот:

(Стучат кулаками по коленям).

- Кто тут в домике живет?!

(Топают ногами).

Солнышко не испугалось,

(Ставят руки «полочкой» перед грудью и покачивают ими).

Вышло и заулыбалось:

- Пожалуйста в гости,

(Вытягивают руки вперед).

Только, чур, без злости.

(Грозят пальцем).

Тут случился странный случай-

(Пожимают плечами).

Гром умолк, не стало тучи.
(Прижимают ладони к щекам и качают головой).
 И на синие луга вышла радуга!
(Рисуют над головой дугу).

5. Пальчиковая игра «Маляр».

- Дом построен, надо его покрасить. Надо звать маляров. Красить дом пришли вот такие насекомые:

Слышим мы гудящий звук –
 То летит к нам майский...*(жук).*

Размешаю краску я,
(Дети водят указательным пальцем одной руки по ладони другой).

Ярко - ярко красную.
 Кисти в краску я макну,
(Прижимают ладони друг к другу).

Капли лишние стряхну.
(Встряхивают кистями рук).

Что за серая стена?
(Пожимают плечами).

Станет яркою она.
(Поочередно плавно поднимают и опускают руки, как бы красят кисточкой, кисти рук мягкие).

Потихоньку, осторожно
(Рисуют в воздухе два квадрата).

Обведу я два окна.
 До чего ж красивый дом!
(Соединяют прямые руки над головой («крыша»)).

Вместе жить мы будем в нем.
(Берутся за руки).

6. Игра «Паучок и мушки».

- Шторы для окон соткал лучший лесной ткач.

Сам плетет он мухам сети,
 А за ним плетут и дети,
 И сидит в углу. Молчок –
 Ждет добычу...*(паучок).*

Двое детей – «паучков» берутся за обе руки и поднимают их («ловушка»). Остальные дети – «мухи» берутся за руки и проходят через «ловушку» под песню.

Жил на свете паучок,
 Быстроногий старичок.
 Паучку нужна сноровка,
 Сети он раскинет ловко -
 И висит ловушка.
 Берегитесь, мушки!

«Ловушка» захлопывается с окончанием пения. Пойманный ребенок встает в круг, берет за руки детей – «паучков» и поднимает вместе с ними руки вверх. Игра повторяется, «мухи» двигаются «змейкой» через «ловушку». С каждым повторением игры «ловушка» становится все больше. Побеждают дети, которые останутся не пойманными.

7. Игра «Мишки и пчелы».

Дети - «мишки» встают в круг. В центре круга стоят 3 – 4 ребенка.

Это «пчелы».

Дети – «мишки», взявшись за руки, идут по кругу и поют, «пчелы» показывают движения.

На высокой кочке

(Дети соединяют руки над головой).

Стоит большая бочка.

(Округляют руки перед грудью, показывая бочку).

Пчелы бочку стерегут,

(Вращают перед грудью указательными пальцами).

Мишкам меду не дают.

(Грозят пальцем).

Раз, два, три, четыре, пять!

(Хлопают в ладоши).

Мишек будем прогонять!

(Топают ногами, поставив руки на пояс. «Мишки» убегают, «пчелы» стараются их осалить).

8. Упражнение «Лес» (активизация восприятия, развитие

слуходвигательной и тактильной памяти, артикуляционной моторики).

- Мы пришли в лес. Прислушайтесь, лес с нами разговаривает:

«У-у-у» - встревожился лес,

«О-о-о» - удивился лес,

«А-а-а» - обрадовался лес (гости пришли).

9. Игровой массаж «Пробуждение зайки»

(воспитание у детей осознания частей своего тела, развитие речедвигательной координации).

Серый зайка просыпается, В гости к другу собирается.	Дети «потягиваются», стопы стоят параллельно друг другу.
Вымыл ножки, Застегнул сапожки И коленочки потер, Как учил его бобер.	Круговые движения вокруг щиколоток. Массируют колени.
Вымыл носик,	Массируют указательными пальцами точки в области гайморовых пазух.
Глазки,	Проводят указательными пальцами по

	линии бровей от переносицы к вискам.
Правое ухо, левое ухо,	Указательным и большим пальцами растирают мочку правого уха, затем левого.
Вытерся, и стало сухо!	Встают на ноги, руки – скрестно, проглаживают два раза ладонями от плечей до локтей. Разводят обе руки в стороны.

10. Стихотворение с массажем «Дождик».

Дождик, дождик, капелька, Водяная сабелька,	Стучат пальчиками по бедрам.
Лужу резал, резал, резал, Лужу резал - не разрезал.	Делают пилящие движения ребрами ладоней по бедрам.
И устал, И перестал.	Поглаживают ноги ладонями.

11. Стихотворение с движениями «Зайчик».

Зайка шёл, шёл, шёл, <i>Капустку</i> нашёл, Сел, поел.	Идут друг за другом, останавливаются, приседают, показывают, как зайчик ест.
И опять пошёл. Зайка шёл, шёл, шёл, <i>Морковку</i> нашёл, Сел, поел.	Продолжают ходьбу. Движения повторяются....
И опять пошёл. Зайка шёл, шёл, шёл, <i>Помидорчик</i> нашёл, Сел, поел.	
И опять пошёл...	

12. Гимнастика для глаз «Солнышко и тучки».

Солнышко с тучками в прятки играло.	Посмотреть глазами вправо – влево, Вверх – вниз.
Солнышко тучки – летучки считало: Серые тучки, чёрные тучки, Лёгких – две штучки, Тяжёлых – три штучки, Тучки попрятались, тучек не стало.	Закрывать глаза ладонями.
Солнце на небе во всю засияло.	Поморгать глазками.

13. Пальчиковая игра «Осенние листья».

Зашумела листьями Осень золотая	Поднимают руки и машут ладонками.
Закружила в воздухе, Весело играя.	Плавно опускают руки через стороны, вращая кистями.
Вот листок берёзы, Вот листок рябины, Вот листочек тополя, Вот листок осины.	Поочерёдно загибают пальчики, начиная с мизинца.
А кленовый листок Нам под ноги сразу лёг.	Кладут ладони на колени.
Только ёлочки стоят,	Соединяют над головой ладони, показывая макушку ёлочки.
Ронять иголки не хотят.	Поворачивают голову вправо – влево.

14. Пальчиковая игра «Капустка».

Мы капустку рубим – рубим,	Прямыми ладонями выполнять рубящие движения.
Мы капустку трём – трём,	Тереть кулаки друг о друга.
Мы капустку солим – солим,	Пальцы в щепотку, выполнять движения, как будто солим.
Мы капустку жмём – жмём.	Сжимать и разжимать пальцы в кулаки.

15. Упражнение «Урожай».

В огород пойдём, Урожай соберём.	Идут по кругу взявшись за руки
Мы морковки натаскаем.	«Таскают»: выполняют наклоны с имитирующими движениями рук.
И картошки накопаем.	«Копают»: выполняют движения руками, имитирующие работу с лопатой.
Срежем мы кочан капусты,	«Срезают»: одной рукой держат воображаемый кочан, а другой, с воображаемым ножом, подсекают снизу кочан.
Круглый, сочный, очень вкусный.	Рисуют в воздухе круг три раза.
Щавеля нарвём немножко	«Рвут»: приседают и выполняют имитирующие хватательные движения обеими руками.
И вернёмся по дорожке.	Идут по кругу, взявшись за руки.

16. Дыхательное упражнение «Шарик».

Шарик мой воздушный, Какой ты непослушный!	(Поднять руки вверх – вдох, медленно опускать вниз – длительный выдох с произнесением звука
---	---

Зачем ты отвязался, Зачем помчался в высь? Вернись, скорее, шарик! Вернись!...	«ш-ш-ш»).
---	-----------

17. Массаж биологически активных зон «Обезьяна Чи – чи – чи».

Обезьянка Чи – чи - чи Продавала кирпичи	(Провести ладонями по шее от затылочной части к основанию горла).
Подбежал тут к ней зайчонок: - Не продашь ли кирпичонок?	(Указательным и средним пальцами провести по крыльям носа).
- Нет! – сказала Чи – чи – чи. – Продаю я кирпичи.	(Всеми пальцами провести от середины к вискам по лбу).
Знай, Зайчонок! Нет слова «кирпичонок»!	(Раздвинуть указательный и средний пальцы, поставить их перед и за ухом, и энергично растирать кожу около ушей).

18. Стихотворение с движениями «Бобик».

Вот наш Бобик, славный пёс! Гав! Гав!	Сгибают руки в локтях, кисти опускают и поворачивают руки вправо – влево.
Белый лобик, чёрный нос. Гав! Гав!	Прикоснуться рукой ко лбу, потом к носу.
Бобик, Бобик, лапку дай! Гав! Гав!	Вытягивают вперёд руки.
Сядь на коврик и не лай! Тс – с....	Грозят пальцем. Прикладывают палец к губам.

19. Стихотворение с движениями «Игрушки».

А) «Мишка».

Мишка милый, Мишка славный, Неуклюжий и забавный, Весь из плюша Мишка сшит, Ватой пышною набит.	Шагают на внешнем своде стопы, держа руки, как лапы, и произнося звук [у].
--	--

Б) «Неваляшка».

Наклонилась Неваляшка, Но упасть - не упадёт, Даже если кот мой Яшка Неваляшку в бок толкнёт.	Поворачивают корпус вправо – влево, произнося: «Динь – дон».
--	--

В бок толкнёт игрушку он И в ответ услышит звон: Динь – дон, динь – дон.	
--	--

В) «Чебурашка».

Уши круглые, как блюдца,- Ну, нельзя не улыбнуться! Поиграем, Чебурашка, Нос как черная букашка.	(Положить ладони на голову, локоточки – в стороны. Выполнять наклоны корпуса в право – влево).
---	--

20. Пальчиковая игра «Хлебушек».

Пеку, пеку хлебушек Для весёлых детушек: Маленький – меньшому,	«Пекут пирожки» - то одна рука сверху, то другая. Прикладывают ладошки друг к другу – «пирожок».
А большой – большому. В печку – шашть! В печку – шашть!	Разводят руки в стороны, сгибают руки в локтях, касаясь руками плеч, и резко вытягивают их вперёд – 2 р.

21. Стихотворение с движениями «Ёлка».

Посмотри, на ёлке -	Поднимают руки вверх и соединяют ладони над головой, показывая макушку ёлки
Острые иголки!	Ритмично взмахивают перед собой указательными пальчиками
И зимой и летом Ёлка так одета!	Ставят руки на пояс и поворачиваются вправо - влево

22. Стихотворение с движениями «Лесные гости»

Ну – ка, ёлочка светлей заблести огнями. Пригласили мы гостей веселиться с нами	Маршируют
По дорожкам, по снегам, по лесным лужайкам Прискакал на праздник к нам Длинноухий заяка.	Прыгают на обеих ногах
А за ним – смотрите все!- Рыжая лисица. Захотелось и лисе с нами веселиться.	Ходят пружинящим шагом
Вперевалочку идёт Косолапый мишка. Он несёт в подарок мёд И большую шишку.	Ходят на внешнем своде стопы

23. Пальчиковая игра «Наряжаем ёлку».

Мы повесили игрушки От подставки, До макушки:	Хлопают в ладоши. Руки вниз, вверх.
Шарики цветные,	Показывают шарик
Рыбки золотые,	Прижимают ладошки др. к др. и покачивают ими.
Золотые петушки,	Приставляют прижатые др. к др. ладони к голове («гребень»).
Разноцветные флажки.	Поднимают руки и помахивают ладошками.
Громко хлопнула хлопушка – Бах!	Разводят руки в стороны. Хлопают в ладоши.
Зазвенели все игрушки – Ах – ах!	Встряхивают кистями рук. Прижимают ладони к щекам и покачивают головой.

24. Подвижная игра «Повтори за мной» или «Кошка»

(развитие подражательности общей моторики, координации речи с движением).

- Превращаемся в кисок.

Вы со мной знакомы близко. Я приветливая киска.	Идут по кругу на носочках крадучись, держа согнутые руки перед грудью.
Кверху – кисточки на ушках, Когти спрятаны в подушках.	Останавливаются, встают лицом в круг. Делают «ушки» из ладошек, а «когти» - из пальчиков.
В темноте я зорко вижу, Понапрасну не обижу.	Вновь идут по кругу крадучись.
Но дразнить меня опасно – Я царапаюсь ужасно.	Опять останавливаются лицом в круг и показывают «когти».

25. Ритмическая игра «Молотки».

Ай, туки, туки, туки, Застучали молотки.	Стучат суставами пальцев рук, сжатых в кулаки по коленкам.
Застучали молотки Заиграли в локотки:	Ритмично стучать кулачками по локтям, поочерёдно.
Тук – ток, тук – ток, Скоро выстроим домик.	Стучат кулачками друг о друга.

26. Массаж рук «Строим дом».

Целый день тук да тук,	Похлопывание ладонью правой руки по левой руке от кисти к плечу.
------------------------	--

Раздаётся звонкий стук	Похлопывание ладонью левой руки по правой руке.
Молоточки стучат Строим домик для зайчат	Поглаживание правым кулачком по левой руке от кисти к плечу.
Молоточки стучат Строим домик для бельчат.	Поглаживание левым кулачком по правой руке.
Этот дом для белочек,	Растирание правым кулачком левой руки круговыми движениями.
Этот дом для зайчиков,	Растирание левым кулачком правой руки круговыми движениями.
Этот дом для девочек,	Быстро «пробежаться» пальчиками правой руки по пальчикам левой от кисти к плечу.
Этот дом для мальчиков	Быстро «пробежаться» пальчиками левой руки по пальчикам правой от кисти к плечу.
Вот какой хороший дом,	Погладить ладонью левую руку снизу вверх.
Как мы славно заживём,	Погладить ладонью правую руку снизу вверх.
Будем песни распевать, Веселиться и плясать.	Руки вытянуть вперёд, скользящие хлопки ладоней друг о друга («Тарелочки»).

27. Массаж биологически активных зон «Кисонька».

Са – Са – Са - Кисонька краса.	Поглаживание ладонями шеи.
Сы – сы – сы – Есть у кисоньки усы.	Кулачками провести по крыльям носа – 7 раз.
Исы – исы – исы – Молоко для кисы	Провести пальцами по лбу от середины к вискам – 7 раз.
Иса – иса – иса – Бантиком играет киса.	Ладонями растирать уши.

28. Массаж пальцев «Грачи».

Мы лепили куличи,	«Лепить пирожки»
Прилетели к нам грачи.	Помахать крыльями - ладошками
Первый грач испёк пирог, А второй ему помог, Третий грач накрыл на стол, А четвёртый вымыл пол, Пятый долго не зевал	Поочерёдно массировать каждый палец, начиная с большого.
И пирог у них склевал.	Постучать пальцами по коленям
Раз, два, три, четыре, пять!	Поочерёдно загибать пальчики

Выходи грачей считать!	Резко вытянуть руки вперёд, ладонями вверх.
------------------------	---

29. Массаж лица «Котята умываются»

Носик, носик! Где ты носик?	Провести кулачками по крыльям носа – 4 раза.
Лобик, лобик! Где ты лобик?	Всеми пальцами провести полбу от середины к вискам – 4 раза.
Щёчка, щёчка! Где ты щёчка?	Пальцами погладить щёки сверху вниз поочерёдно - 4 раза.
Будет чистенькая дочка,	Погладить ладонями шею.
Будут чистенький сынок	Растирать ладошками уши.
И котёнок-малышок.	Потереть ладони друг о друга.

«Мама-кошка» спрашивает, «котят» отвечают, показывая:

- Лапки мыли?
- Мыли!
- Ушки мыли?
- Мыли!
- Хвостик мыли?
- Мыли! Всё помыли! И теперь мы чистые, котики пушистые!

30. Инсценировка «Кошкин дом» (Рус. нар. потешка).

(Раздаётся тревожная музыка).

Бум-бум! Тара-рам!
Это что случилось там?
А случилась-то беда!
Эй, пожарники, сюда!

Бом-бом, бом-бом!	Энергично поднимают и опускают руки, сжатые в кулаки.
Загорелся Кошкин дом:	Постепенно поднимают руки вверх и опускают их, описывая в воздухе круг и быстро перебирая пальцами.
Кошка выскочила,	Схватиться руками за голову и покачать головой.
Глаза выпучила,	Приставить к глазам «очки» из больших и указательных пальцев.
Побежала к дубу,	Бежать друг за другом поочерёдно выставляя вперёд «лапки-царапки».
Прикусила губу.	Остановиться, прикусить губу верхними зубами.
Бежит курочка с ведром заливать Кошкин дом,	Расставить сжатые в кулаки руки в стороны и бежать на носках.
А собачка-с помелом,	Наклониться вперёд, одна рука на

	поясе, другая как бы подметает землю.
А лошадка-с фонарём,	Поднять руку, сжатую в кулак, вверх.
Серый зайныка с листом.	Обеими руками делать махи движением от себя.
Раз-раз! Раз-раз! И огонь погас!	Поднять руки вверх, ладони вниз. На каждый слог постепенно рывками опускать их вниз.

31. Гимнастика для мышц шеи «Козлик».

Ома-ома-ома – Стоит козлик у дома.	Поднимать и опускать голову, руки, согнутые в локтях, перед грудью, кисти опущены вниз, пальцы соединены вместе.
Оме-оме-оме – Хорошо в высоком доме.	Качать головой вправо-влево, положение рук то же.
Ме-ме-ме – Подойди-ка ты ко мне.	Поднимать и опускать голову, делая призывные движения руками.
Мот-мот-мот – Не ставь копытца на комод.	Качать головой вправо-влево, грозя пальцем.

32. Комплекс общеразвивающих упражнений «Белочка».

В лесной глуши на ёлке Жили-были два бельчонка. Жили дружно, не тужили, И с зарядкою дружили.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.
Вставали рано поутру Изображали кенгуру: За ушки лапками хватались И вправо-влево наклонялись.	Наклоны вправо – влево.
Дружно хлопали в ладошки	Повороты вправо – влево с хлопками.
Потягивались словно кошки	Наклоны вперёд, прогибая спину.
Ножками топали,	Выпады вперёд
Глазками хлопали	Поморгать глазами.
Головками кружили	Круговое вращение вправо – влево.
И друг за другом вслед ходили.	Ходьба друг за другом «след в след».

33. Стихотворение с движениями «Солнышко».

Солнышко-солнышко,	Руки поднять вверх, показать «фонарики»
Выгляни в окошечко,	Одна ладонь на голове, другая тыльной стороной приставлена к подбородку.
Твои детки плачут,	«Тереть» кулачками глаза

По камушкам скачут.	Прыгать с ноги на ногу
---------------------	------------------------

34. Динамическое упражнение «Мишка» (для стоп).

Вылез мишка из берлоги Разминает мишка ноги.	Ходьба на внешнем своде стопы
На носочках он пошёл,	Ходьба на носках
И на пяточках потом,	Ходьба на пятках
На качельках покачался,	Поднимаются высоко на носках и опускаются на пятки.
И к лисичке он подкрался.	Переступают с ноги на ногу.

35. Динамическое упражнение «Лисица».

Я рыжая лисица, Я бегать мастерица, Я по лесу бежала, Я зайку догоняла! И в ямку – БУХ!	Бегут, подражая поступи лисички, любуюсь своим хвостиком. На последнее слово присаживаются.
---	---

36. Массаж спины «Дождик».

Цель: развитие координации речи и движений, ориентировки в пространстве, партнёрских отношений, регулирование мышечного тонуса.

Дождик, дождик, что ты льёшь? Погулять нам не даёшь?	Постукивание пальцами по спине сверху вниз, затем снизу вверх.
Грянул гром, как из пушек,	Мягкие поколачивания кулаками по рукам (от плеч, к кистям).
Будет праздник у лягушек,	Пощипывание от кистей рук к плечам.
А мы под крышами сидим, и молчим!	Соединить ладони над головой, сжать губы, затем улыбнуться, расслабиться.

37. Массаж носа «Морковь».

Вот – вот – вот Морковки водят хоровод.	Потереть большими пальцами указательные.
Ава – ава – ава Весёлая забава.	Массировать ноздри указательными пальцами сверху – вниз, снизу – вверх.
Овь – овь – овь Вкусная морковь.	Потереть большими пальцами остальные пальцы (щепотка).

38. Массаж кистей рук «Мышка».

Мышка маленькая в норке Тихо грызла хлеба корку.	Поскрести ногтями по коленям
«Хрум, хрум!»-	Сжимать пальцы в кулачки и разжимать

Что за шум?	их.
Это мышка в норке Хлебные ест корки.	Потереть ладони друг о друга.

39. Динамическое упражнение «Помидоры».

Цель: координация слова с движением, речевого дыхания.

В огороде за забором	Руки от себя, указать вниз с небольшим наклоном вперёд; затем руки поднять вверх, вытянуться в «струнку» - «забор».
Пспевают помидоры,	Руки в бока, грудь и живот немного вперёд («напыжиться»); показываем шарик.
Держатся за колышки,	Руки перед собой друг напротив друга согнуты в локтях, пальцы сомкнуты.
Греются на солнышке.	Поднять лицо, руки вверх, слегка развести, потянуться к солнышку.

40. Упражнение на релаксацию.

Устали овощи, сели отдыхать.

Отдувается капуста: «Ах! Ах!».	Обмахивать лицо ладошками.
Морковка: «Эх! Эх!».	Хлопать по коленям.
Горох: «О-хо-хох!».	Легко ударять пальчиками по коленям.
Огурец: «Ух! Ух!».	Хлопать в ладоши.

41. Пальчиковая игра «Осенний букет».

Раз, два, три, четыре, пять – Будем листья собирать.	Сжимать и разжимать кулачки.
Листья берёзы, Листья рябины, Листики тополя, Листья осины, Листики дуба!	Загибать поочерёдно пальцы: большой, указательный, средний, безымянный, мизинец.
Мы соберём, Маме осенний букет отнесём!	Сжимать и разжимать кулачки.

42. Массаж «Лиса».

Утром Лисонька проснулась, Лапкой вправо потянулась, Лапкой влево потянулась, Солнцу нежно улыбнулась.	Движения выполняются соответственно тексту.
---	---

В кулачок все пальцы сжала, Растирать все лапки стала- Ручки, ножки и бока, Вот какая красота!	Все массирующие движения от периферии к центру.
А потом ладошкой Пошлёпала немножко. Стала гладить ручки, ножки И бока совсем немножко. Ну, красавица-Лиса! До чего же хороша!	Красуясь, выполнять полуобороты корпуса вправо-влево, поставив руки на пояс и выпрямив спину.

43. Массаж лица «Ёжик».

Жа-жа-жа – Мы нашли в лесу ежа.	Слегка касаясь пальцами, провести по лбу 7 раз.
Жу-жу-жу – Подошли мы к ежу.	Слегка касаясь пальцами провести по щекам 7 раз.
Ужа-ужа-ужа – Впереди большая лужа.	Приставить ладони ко лбу, как бы сделать козырёк, и растирать лоб движениями в стороны – одновременно 2-мя руками.
Жок-жок-жок – Надень ёжик сапожок.	Кулачками массировать крылья носа.

44. Ритмическое упражнение «Капли».

Капля раз! Капля два!
(Удары ладонями обеих рук по коленям поочерёдно половинными длительностями, четвертями, восьмыми).

Капли медленно сперва.
Стали капли ударять,
Капля каплю догонять.
А потом, потом, потом,
Всё бегом, бегом, бегом.
До свиданья, лес густой!
Побежим скорей домой!

45. Массаж биологически активных зон «Наступили холода»

Да-да-да – Наступили холода.	Потереть ладошки друг о друга.
Да-да-да – Превратилась в лёд вода.	Провести большими пальцами по шее сверху вниз.
Ду-ду-ду – Поскольжу я по льду.	Указательными пальцами массировать крылья носа.
Ду-ду-ду – Я на лыжах иду.	Растереть ладонями уши.

Ды-ды-ды – На снегу видны следы.	Массировать ребром ладоней лоб.
Ди-ди-ди – - Ну, заяц, погоди!	Хлопнуть в ладоши 3 раза. Погрозить пальцем.

46. Упражнения для коррекции зрения

Мы снежинку увидали Со снежинкою играли.	Посмотреть на снежинку в вытянутой перед собой руке. Сфокусировать на ней взгляд.
Снежинки вправо полетели Дети вправо посмотрели.	Отвести снежинку вправо, проследить движение взглядом.
Вот снежинки полетели, Глазки влево посмотрели.	Отвести снежинку влево, проследить движение взглядом.
Ветер снег вверх поднимал И на землю опускал...	Поднимать снежинку вверх и опускать вниз, прослеживая движение взглядом.
Дети смотрят вверх и вниз. Всё! На землю улеглись.	Покружиться и присесть, опустив снежинку на пол.
Глазки закрываем, Вместе отдыхаем.	Закрывать глаза ладошками.

47. Массаж биологически активных зон «Снеговик» (для профилактики простудных заболеваний).

Раз - рука, два - рука.	Вытянуть вперед одну руку, потом - другую.
Лепим мы снеговика.	Имитировать лепку снежков.
Три - четыре, три - четыре,	Погладить ладонями шею.
Нарисуем рот пошире. Пять - найдём морковь для носа, Угольки найдём для глаз	Провести пальчиками по подбородку от середины в стороны. Кулачками растереть крылья носа. Провести пальчиками по бровям от середины в стороны.
Шесть - наденем шляпу косо, Пусть смеётся он у нас.	Приставить ладони ко лбу «kozyрьком» и растереть лоб.
Семь и восемь, семь и восемь - Мы плясать его попросим.	Погладить колени ладошками.

48. Стихотворение с движениями «Зайчик»

Мы слепили снежный ком.	Имитируем лепку снежка.
Ушки сделали потом.	Раскрытые ладони приставляем к голове.
И как раз вместо глаз Угольки нашлись у нас.	Прикасаться к глазам указательными пальцами.
Зайчик вышел как живой!	Поджать руки к груди.
Он с хвостом и головой.	Показать хвост и положить ладони на

	голову.
За усы не тяни – Из соломинок они!	Погрозить пальцем.
Длинные, блестящие, Точно настоящие!	Развести руки от носа в стороны. Покачать головой.

49. Пальчиковая гимнастика «Вышел дождик на прогулку» (Н.Нищева)

Вышел дождик на прогулку.	Указательным и средним пальцами обеих рук «шагают» по столу (по ногам)
Он бежит по переулку. Барабанит по окошку, Напугал большую кошку, вымыл Зонтики прохожих, Крыши зонтик вымыл тоже.	Загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку.
Сразу мокрым город стал.	Трясут ладонями, как будто отряхивают с них воду.
Дождик кончился. Устал.	Кладут ладони на стол (на колени)

50. Пальчиковая гимнастика «Грибы» (Н.Нищева)

Топ-топ – пять шагов,	Шагают пальчиками по столу (по телу сверху вниз)
В туесочке пять грибов.	Переплели пальцы – сделали туесочек, большие пальцы – ручка.
Мухомор красный – гриб опасный. А второй – лисичка, Рыжая косичка. Третий гриб – волнушка, Розовое ушко. А четвёртый гриб – сморчок, Бородатый старичок. Пятый гриб – белый, Ешь его смело!	Загибают по одному пальцу на обеих руках на каждое название гриба, начиная с мизинцев.

51. Пальчиковая гимнастика «Корзина с овощами» (Н.Нищева)

(Расширение и уточнение словаря по теме «овощи». Закрепление умения выполнять движения в общем для всех темпе)

С большой корзиной иду в огород На грядках растёт разноцветный народ	Дети идут по кругу, держась за руки
Тут красный, пузатый синьор-помидор, А там кабачок, оседлавший забор. Румяный редис принакрылся листком,	На каждое название овоща загибают по одному пальцу, сначала на правой, а потом на левой руках

<p>Зелёный лучок дружно всходит рядком. Как солнышко жёлтая репка горит. И с чёрною редькой, смеясь, говорит. Лиловый, атласный висит баклажан, Он здесь, словно гость из диковинных стран. Вот рыжей лисицей крадётся морковка, А тут чеснока две седые головки.</p>	
---	--

52. Пальчиковая гимнастика «Шарик»

<p>Надуваем быстро шарик. Он становится большой. Вдруг шар лопнул, воздух вышел – Стал он тонкий и худой.</p>	<p>Все пальцы обеих рук в «щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуть на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальцы принимают исходное положение.</p>
---	---

53. Движения с речевым сопровождением «Мельница»

<p>Быстро вертится крыло, Мелет мельница зерно.</p>	<p>Вращать прямыми руками</p>
<p>А из молотой муки</p>	<p>Вытянуть вперёд соединённые ладони горсткой</p>
<p>Испек пекарь пироги,</p>	<p>«Пекут» пироги</p>
<p>Колобки и сушки,</p>	<p>Подушечки больших пальцев соединить с подушечками остальных пальцев на руках – «колобки», соединить подушечки больших и указательных пальцев, остальные пальцы отставлены – «сушки»</p>
<p>Крендель для Танюшки.</p>	<p>Указательные пальцы сцеплены, остальные сжаты в кулак</p>

54. Пальчиковая гимнастика «Птички» (Н.Нищева)

(Развитие тонкой моторики, координация речи с движением)

<p>Эта птичка – соловей, Эта птичка – воробей, Эта птичка – совушка, сонная головушка, Эта птичка – свистель, эта птичка – коростель,</p>	<p>Загибать по одному пальцу на обеих руках на каждое название птицы.</p>
<p>Это птичка – злой орлан.</p>	<p>Машут сложенными накрест ладонями</p>
<p>Птички, птички, по домам!</p>	<p>Машут руками как крыльями</p>

55. Подвижная игра «На водопой» (Н.Нищева)

(Координация речи с движениями. Развитие подражательности.
Совершенствование грамматического строя речи: образование существительных с суффиксами – онок-; -ёнок-; -их-; -иц-)

Жарким днём лесной тропой, Звери шли на водопой.	Идут по кругу друг за другом
За мамой лосихой топал лосёнок, За мамой лисицей крался лисёнок, За мамой ежихой катился ежонок, За мамой медведицей шёл медвежонок, За мамой белкой скакали бельчата, За мамой зайчихой косые зайчата, Волчица вела за собою волчат.	Идут топая. Идут крадучись. Идут вприсядку. Идут вперевалку. Скачут на носочках, руки перед грудью. Скачут на носочках, сделав уши из ладоней. «Рыщут»
Все мамы и дети напиться хотят	Останавливаются, делают лакательные движения языком.

56. Подвижная игра «Кони» (Н.Нищева)

(Координация речи с движениями. Развитие общей и мелкой моторики)

Кони гуляют гурьбой на лугу	Идут по кругу с высоким подниманием коленей
Я всех коней перечислить могу: Чёрный как уголь, белый как снег, Рыжий как пламя красивее всех. Серый, весь в яблоках, с гривой седой. Конь шоколадный, совсем молодой	Загибают по одному пальцу на каждое название коня на обеих руках
Кони пасутся у речки гурьбой. Их посчитаем ещё раз с тобой....	Вновь идут по кругу с высоким подниманием коленей

Дождь по листьям: -Кап-кап-кап!- Разбудил лягушку.	Дождь – стучим подушечками пальцев по столу (или подушечкой указательного пальца по ладошке)
А лягушка: -Ква-ква-ква! – Позвала кукушку.	Лягушка – ритмично соединять большой палец с остальными сомкнутыми вместе пальцами
А кукушка: -Ку-ку-ку! – Закричала на суку.	Кукушка - ритмично соединять указательный палец с большим.
Целый день по лесу: -Кап-кап-кап!-	Повторить все движения.

-Ква-ква-ква! – -Ку-ку-ку!	
-------------------------------	--

57. Пальчиковая игра «Лягушка и кукушка»

58. «Как на горке снег, снег».

Как на горке - снег, снег,	Поднять руки вверх, на слова «снег, снег» здесь и далее 2 р.свободно опустить кисти.
И под горкой - снег, снег,	Опустить руки вниз.
И на ёлке - снег, снег,	Соединить ладони над головой «домиком».
И под ёлкой - снег, снег,	Опустить руки вниз.
А под ёлкой спит медведь.	Положить ладошки под щёку и закрыть глаза.
Тише, тише. Не шуметь!	Погрозить пальцем.

59. Стихотворение с движениями «Снежинки».

Вот пришла к нам зима, Кружатся пушинки, На кусты, на дома Падают снежинки.	Поднимают руки вверх и делают «фонарики». Плавно опускают руки, делая мягкие движения кистями.
Землю побелили, Замели тропинки,	Плавно качают руками перед собой из стороны в сторону.
Все поля укрыли Белые снежинки.	Кружатся и приседают на последний такт.

60. Стихотворение с движениями «Шла собака».

Шла собака через мост, Четыре лапы, пятый - хвост. Если мост провалится,	Идут друг за другом, поднимая высоко ноги и держа перед грудью руки с опущенными кистями.
То собака свалится!	Приседают на последнем слове.

61. Стихотворение с движениями «Улитка».

Ой! Ой! Ну, дела!	Прижимают руки к щекам и качают головой.
К нам улитка приползла.	Сжимают и разжимают пальцы, постепенно вытягивая руки вперёд.

Серая, двурогая,	Выставляют «рожки» из указательного пальца и мизинца.
Я её не трогаю!	Грозят пальцем.

62. Пальчиковая игра «Украшаем ёлку»

Ёлочку пушистую Дети наряжали.	Делают руками «крышу» над головой
Разными игрушками Ёлку украшали.	Двумя руками попеременно «вешаем» игрушки
Шарики повесили,	Соединить пальцы большие пальцы с остальными подушечками
Звонкие хлопушки,	Хлопнуть 2 раза
Яркие фонарики,	Показать «фонарики»
Клоуна Петрушку,	Большой палец правой руки приставить к носу, большой палец левой руки – к мизинцу правой. Пошевелить остальными пальчиками
Льдинки серебристые,	Указательные пальцы поднять вверх, остальные в кулаке
Сосульки ледяные,	Указательные пальцы опустить вниз
Мишуру пушистую,	«Рисуем» двумя руками одновременно 2-а полукруга от центра в стороны и обратно
Звёзды золотые.	Резко разжимаем и сжимаем пальцы 2 раза

63. Пальчиковая игра «Котёнок»

<p>2 3 4 5</p> <p>Кусается сильно котёнок глупыш,</p> <p>5 4 3 2</p> <p>Он думает это не палец, а мышь. (смена рук)</p> <p>2 3 4 5</p> <p>Но я же играю с тобою, малыш,</p> <p>5 4 3 2</p> <p>А будешь кусаться – скажу тебе: «Кыш!»</p>	<p>Большим и указательным пальцем правой руки, «кусаем» ногтевые фаланги на левой (от указательного пальца к мизинцу и обратно, на ударные слоги стиха). После первого двустихья - смена рук</p> <p>Можно «кусать» пальчики прищепками.</p>
--	---

64. Речь с движениями «Под горою вырос гриб»

Под горою вырос гриб,	Руки над головой, кончики пальцев соединены – «шляпка гриба»
Гриб увидел дед Архип.	Приставляют ладонь к глазам – «смотрят»
День пилил,	Соединяют прямые ладони и выполняют пилящие движения – от груди вперёд и обратно к груди
Два рубил,	Прижимают сложенные ладони к плечу

	и резко опускают руки – «рубят»
Гриб на землю не свалил.	Прижимают ладони к щекам и качают головой вправо-влево
Крикнул старый бабку.	Правой рукой зовём бабку – 2 раза
Бабка гриб в охапку.	Соединяют согнутые руки перед собой и слегка покачивают ими
Насолила,	Собирают пальцы правой руки в щепоть и «солят»
Наварила,	Круговые движения указательного пальца правой руки по ладони левой
В гости звать тебя просила.	Манят руками
Всё!	Резко поднимают обе руки вверх

65. Пальчиковая игра «Зайка и ушки»

Ушки длинные у зайки, Из кустов они торчат. Он и прыгает и скачет, Веселит своих зайчат.	Пальчики в кулачок. Выставить вверх указательный и средний пальцы. Шевелить ими в стороны и вперёд
---	--

66. Пальчиковая игра «Утята»

Первый, второй – шли утята. Третий, четвёртый – за водой. А за ними плёлся пятый, Позади бежал шестой. А седьмой от них отстал, А восьмой уже устал.. А девятый всех догнал, А десятый испугался, Громко-громко запищал: «Пи-пи-пи!» - «Не пици, мы тут рядом, поици»	Поочерёдно загибать пальцы рук, начиная с большого, а со слов «пи-пи-пи» - ритмично сжимать (в кулачки) и разжимать пальцы обеих рук.
---	---

67. Пальчиковая гимнастика «За ягодами»

Раз, два, три, четыре, пять!	Пальчики обеих рук «здороваются», Начиная с больших.
В лес пойдём мы погулять.	Обе руки «идут» пальчиками по столу.
За черникой, За малиной, За брусникой, За калиной. Землянику мы найдём	Загибают пальчики по одному на обеих руках, начиная с больших.
И братишке отнесём.	Сложить ладошки горстью

68. Пальчиковая игра «Цветок»

<p>Вырос высокий цветок на поляне, Утром весенним раскрыл лепестки. Всем лепесткам красоту и питанье Дружно дают под землёй корешки.</p>	<p>Руки в вертикальном положении перед грудью, ладони прижаты друг к другу, развести подушечки пальцев и слегка округлить их. На вторую строчку развести пальчики. На третью – ритмичные движения пальцами вместе - врозь. На четвёртую – ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, пошевелить разведёнными пальчиками.</p>
--	---

69. Эмоционально-волевой тренинг «Бабочка».

Дидактические задачи: развитие мимической моторики, навыков саморегуляции, воображения.

«Сегодня тёплый весенний день, лучики ласково гладят вас (мышцы лица расслаблены). Но вот летит бабочка и садится к вам на брови. Бабочка хочет покачаться на бровях, как на качелях. Пусть бабочка качается на качелях. Двигайте бровями вверх-вниз. Сдуем бабочку (направленный сильный выдох вверх – ф-ф-ф..).бабочка улетела, а солнце светит то в правый глаз (зажмурить его), то в левый (зажмурить левый)»

70. Пальчиковая гимнастика «Воробьи»

<p>Пять воробьёв на заборе сидели, Один улетел, а другие запели. И пели, пока не сморила усталость, Один улетел, их трое осталось. Сидели втроём и немного скучали. Один улетел, а двое остались. Сидели строём и снова скучали, Один улетел и остался один. Один посидел, да и взял, улетел.</p>	<p>Показать пять пальцев , а затем загибать по одному</p>
---	---

71. Физкультминутка

<p>У нас славная осанка, Мы свели лопатки. Мы походим на носках, А потом на пятках. Пойдём мягко, как лисята, И как мишка косолапый, И как зайнька-трусишка, И как серый волк-волчишка.</p>	<p>Дети идут по кругу, выполняя движения в соответствии с текстом</p>
<p>Вот свернулся ёж в клубок,</p>	<p>Присесть на корточки, обнять</p>

Потому, что он продрог. Лучик ёжика коснулся Ёжик сладко потянулся.	колени Выпрямиться, встать на носочки и потянуться
---	---

72. Пальчиковая игра «Повстречались»

Повстречались два котёнка: «мяу-мяу-мяу». Два щенка: «гав-гав-гав». Два цыплёнка: «пи-пи-пи». Два поросёнка: «хрю-хрю-хрю».	Поочерёдное соединение большого пальца с остальными по 3 раза.
--	--

73. Пальчиковая гимнастика «Замок»

На дверях висит замок. Кто его открыть не смог? Мы замочком постучали, Мы замочек повертели, Мы замочек покрутили. И открыли!	Пальцы сложить в «замок». Не расцепляя пальцев постучать ладошками друг о друга, выполнить круговые движения «замочком» и показать ладошки
--	--

74. Пальчиковая гимнастика «Пальчики»

Раз, два, три, четыре, пять – Вышли пальчики гулять. Раз, два, три, четыре, пять – В домик спрятались опять.	На 1-е строчки поочерёдное разгибание пальчиков из кулачков, начиная с большого пальца. На следующие строчки – поочерёдное сгибание пальцев в кулачки, начиная с мизинца
---	--

75. Пальчиковая гимнастика «Ёлочка»

Перед нами ёлочка:	Показывают «ёлочку»: руки согнутые в локтях перед собой, пальцы рук переплетены, большие пальцы соприкасаются подушечками и подняты вверх – «верхушка ёлочки»
Шишечки, иголки,	«шишечки» - сжатые кулачки; «иголки» - растопыренные пальцы.
Шарики, фонарики,	Показывают «шарики»: ладошка «полуковшик» со слегка раздвинутыми пальчиками обращена вверх; «фонарики»: так же сложенные ладошки обращены вниз
Зайчики и свечки,	Показывают «зайчиков» - кулачки с поднятыми указательными и

	средними пальцами; «свечки» - сложенные ладони со сведёнными пальцами
Звёзды, человечки.	«звёзды» - сложенные ладошки с растопыренными пальцами; «человечки» - два пальца «шагают» по коленкам

76. Пальчиковая гимнастика «Мебель»

Раз, два, три, четыре.	Хлопнуть в ладоши 4 раза
Много мебели в квартире.	Ритмично сжимать и разжимать кулачки
В шкаф повесим мы рубашку, А в буфет поставим чашку. Чтобы ножки отдохнули, Посидим чуть-чуть на стуле. А когда мы крепко спали, На кровати мы лежали. А потом мы с котом Посидели за столом.	Поочерёдно загибать пальчики, начиная с большого, на каждое название мебели
Чай с вареньем дружно пили, Много мебели в квартире!	Ритмично сжимать и разжимать кулачки

77. Пальчиковая гимнастика «Помощники»

Раз, два, три, четыре.	Хлопнуть в ладоши 4 раза
Мы посуду перемыли:	Скользящие движения ладоней друг о друга
Чайник, чашку, ковшик, ложку И большую поварёшку	Загибают пальчики по одному на каждое название посуды
Мы посуду перемыли,	Скользящие движения ладоней друг о друга
Только чашку мы разбили, Ковшик тоже развалился, Нос у чайника отбился, Ложку мы чуть-чуть сломали.	Снова загибают пальчики
Так мы маме помогали.	Ритмично хлопают в ладоши

78. Пальчиковая игра «Моя семья»

Этот пальчик – дедушка, Этот пальчик – бабушка, Этот пальчик – папочка, Этот пальчик – мамочка, Этот пальчик – Я, Вот и вся моя семья!	Поочерёдно загибать пальчики, начиная с большого.
---	---

Фруктов нужно много. Вот:	«ковшиком», правой имитируем помешивание в нём
Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить, Отожмём лимонный сок, Слив положим и песок.	Поочередно загибать пальчики, начиная с большого
Варим, варим мы компот.	Опять «варят» и «помешивают»
Угостим честной народ!	Ладошки, сложенные ковшиком, протягивают вперёд

83. Пальчиковая игра «Котята»

Один котёнок лакает молочко, Оно такое вкусное, что идёт ещё один котёнок. Два котёнка лакают молочко. Оно такое вкусное, что идёт ещё один котёнок. Три котёнка лакают молочко. Оно такое вкусноеи т. д.	Сжать пальцы в кулачки и разгибать по одному начиная с больших
--	--

84. Пальчиковая игра «Транспорт»

Автобус, троллейбус, машина, трамвай. О них ты на улице не забывай.	Поочередное соединение подушечек пальцев с большим, начиная с указательного на каждый ударный слог. На 1-ю строчку – правая рука, на 2-ю - левая
--	--

85. Коммуникативная игра «Здравствуй, друг!»

Зашагали ножки Прямо по дорожке. Повстречали друга Маленькие ножки.	Маршируют по кругу, в конце стихотворения встают в пары
Здравствуй, здравствуй,	Взявшись за руки, попеременно выполняют пружинку
Здравствуй, милый друг!	Пожимают друг другу руки
Здравствуй, здравствуй,	Взявшись за руки, попеременно выполняют пружинку
Посмотри вокруг!	Разводят руки в стороны
Здравствуй, здравствуй,	Взявшись за руки, попеременно выполняют пружинку
Мне ты улыбнись!	Улыбаются, качая головой вправо-влево
Здравствуй, здравствуй,	Взявшись за руки, попеременно

	выполняют пружинку
Головкой поклонись!	Кланяются друг другу

86. Игра «Комнатные растения»

(Развитие общей моторики; регуляция мышечного тонуса. Игра проводится на ковре)

- Присядьте на корточки и представьте, что вы маленькие растения. То растение, к которому я подойду, и «полюю» из лейки начнёт подниматься, «расти», тянуться вверх к солнышку. Нужно встать на носочки, поднять руки вверх и потянуться. Когда я отойду, растение станет постепенно вянуть, опускать листочки. Нужно медленно расслабить и уронить руки, согнуться, опустив голову

87. Пальчиковая гимнастика «Насекомые»

Дружно пальчики считаем- Насекомых называем.	(Сжимают и разжимают пальцы)
Бабочка, кузнечик, муха, Это жук с зеленым брюхом.	(Поочередно сгибают пальцы в кулачок, начиная с большого)
Это кто же тут звенит? Ой, сюда комар летит!	(Вращают мизинцем)
Прячьтесь!	(Руки за спину)

88. Упражнение на координацию движений с речью «Стрекоза»

Вот такая стрекоза – очень круглые глаза	(Руки в стороны, затем круговые движения кулачков на уровне глаз)
Вертится как вертолет: Вправо, влево, взад, вперед	(Руки в стороны, движения вокруг своей оси, затем руки на пояс, наклоны)

89. Пальчиковая игра «Мышка»

Мышка в норку пробралась	
На замочек заперлась	
В дырочку она глядит	
Может кошка там бежит?	

90. Пальчиковая игра – считалка «Семья»

Раз, два, три , четыре. Кто у нас живёт в квартире? Раз, два, три , четыре, пять. Всех могу пересчитать: Папа, мама, брат, сестрёнка, кошка Мурка, два котёнка, мой щегол, сверчок и я. Вот и вся моя семья!	Загибать пальцы на обеих руках в соответствии с содержанием стихотворения.
---	--

91.

\

***Французский народный хоровод
«Вы умеете сажать капусту?».***

Где когда-то круглый год Было пусто, было пусто, Зеленеет огород, И растёт капуста.	Дети, взявшись за руки, идут по кругу.
Вот как мы её рукой В ямку клали, в ямку клали.	Показывают, как наклоняются и кладут в землю семена.
Вот как мы её землёй Засыпали, засыпали.	Приседают и показывают, как двумя руками насыпают землю.
Вот как мы её ногой Укрепляли, укрепляли.	Встают и притопывают одной ногой.
Вот как мы её водой Поливали, поливали.	Показывают, как поливают из лейки.

Стихотворение с движениями «Гуси».

Гуси серые летели.	Бегут на носках, взмахивая руками.
На лужайке тихо сели,	Приседают.
Походили,	Ходят на носках.
Поклевали,	Наклоняют голову вперёд.
Потом быстро побежали.	Бегут друг за другом.

Стихотворение с движением «Ёлка».

Посмотри, на ёлке -	Поднимают руки вверх и соединяют ладони над головой, показывая макушку ёлки.
Острые иголки!	Ритмично взмахивают перед собой указательными пальчиками.
И зимой и летом Ёлка так одета!	Ставят руки на пояс и поворачиваются влево - вправо.

Стихотворение с движениями «Снеговик».

Снежный ком кувыркком Покатился,	Сгибают руки в локтях, пальцы сжимают в кулачки и вращают ими перед грудью.
И у нас во дворе Снеговик родился!	Вытягивают руки вперёд. Ставят руки на пояс.

Стихотворение с движениями «Лесные гости».

Ну-ка, ёлочка, светлей Заблести огнями. Пригласили мы гостей веселиться с нами.	Маршируют.
По дорожкам, по снегам, По лесным лужайкам Прискакал на праздник к нам Длинноухий зайка.	Прыгают на обеих ногах.
А за ним - смотрите все! - Рыжая лисица. Захотелось и лисе С нами веселиться.	Ходят пружинящим шагом.
Вперевалочку идёт Косолапый мишка. Он несёт в подарок мёд И большую шишку.	Ходят на внешнем своде стопы.

Стихотворение с движениями «Птички».

Прилетели птички, Птички-невелички, Всё летали, всё летали, Крыльями махали.	Бегают по залу, размахивая руками, как крыльями.
На кормушку прилетали, Зёрнышки клевали.	Приседают и стучат пальчиками об пол: «клю, клю, клю».

Стихотворение с движениями «Самолёт».

Самолётик-самолёт Отправляется в полёт. Завели мотор - р-р-р! Зарычал мотор - р-р-р! Заворчал мотор - р-р-р! Заурчал мотор - р-р-р! Загудел самолёт - у-у-у! Загудел самолёт Загудел самолёт - у-у-у!	Разводят прямые руки в стороны и покачивают ими. Вращают кулачками перед грудью и рычаг. Разводят руки в стороны и тянут звук У.
И отправился в полёт - у-у-у! Приземлился самолёт, Вот и кончился полёт!	Бегут по кругу друг за другом. Приседают на одно колено.

Стихотворение с движениями «Солнышко».

Солнышко, солнышко, Ярче нам свети. Будут на лужайке Цветы цвести.	Идут по кругу, взявшись за руки.
Солнышко, солнышко, Ярче нам свети.	Показывают «фонарики», подняв руки вверх.
Будут все ребята Венки плести.	Вращать кулачками перед грудью.
Солнышко, солнышко, Ярче нам свети.	“фонарики”.
Будет много ягод В лесу расти.	Показывают, как срывают ягоды и складывают их в корзинку.

Ритмическое упражнение «Ёжик и барабан».

С барабаном ходит Ёжик.

Бум-бум-бум!

(На слова «Бум-бум-бум!» дети равномерно ударяют ладонями по коленям).

Целый день играет ёжик:

Бум-бум-бум!

С барабаном за плечами....

Бум-бум-бум!

Ёжик в сад забрёл случайно.

Бум-бум-бум!

Очень яблоки любил он.

Бум-бум-бум!

Барабан в саду забыл он.

Бум-бум-бум!

Ночью яблоки срывались,

Бум-бум-бум!

И удары раздавались:

Бум-бум-бум!

Ой, как зайчики струхнули!

Бум-бум-бум!

Глаз до зорьки не сомкнули!

Бум-бум-бум!