

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КАНСКА
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
комбинированного вида № 15 «Сибирячок» г. Канска

663614, г. Канск, мкр Северный, д.28
тел. 8(39161) 3-42-47

ОГРН 1022401360893
ИНН/КПП 2450013042/245001001

Согласовано:
Педагогический совет
Протокол № 3
« 06» июня 2022 года



Утверждено:
Заведующий МАДОУ № 15
Глушкова Н.В.
Приказ № 042-о
« 06» июня 2022 года

Дополнительная программа
спортивно – оздоровительной направленности
«Детский фитнес»

Возраст воспитанников: 2 -7 лет

Срок реализации программы: 2 года

Автор – составитель:
Сусленок Дарья Сергеевна,
Инструктор по физической
культуре

г. Канск, 2022 г

Содержание.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Актуальность	4
1.3. Цели и задачи программы.....	7
1.4. Планируемые результаты	7
1.5. Срок реализации программы	9
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	9
2.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик..	9
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	10
3.1. Материально – технические (пространственные) условия организации физической культуры.....	10
3.2. Структура занятия.....	10
Список литературы	13
Приложение 1	49

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная программа «Детский Фитнес» составлена для детей 2-7 лет МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 15 «Сибирячок» города Канска Красноярского края на основе следующих документов Федеральный закон 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» и приложение к нему;

- Конституция РФ, ст. 43, 72;

- Конвенция о правах ребенка (1989 г.);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва от «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г. № 28564);

- Положение об организации деятельности по оказанию дополнительных платных услуг, разработанное и принятое в соответствии со статьей 50 ГК РФ. ст. 28.101 Федерального закона №273 ФЗ «Образование в РФ», приказом Министерства образования России от 31.07.2001 №2846 «Об использовании постановления правительства РФ» от 05.07.2001 №505, утверждающего «Правила оказания платных образовательных услуг в сфере дошкольного и общего образования». На основании рекомендаций, содержащихся в письмах Министерства образования России №52-М от 21.07.1995г. «Об организации платных дополнительных услуг» №04-М от 02.02.1999. «О правилах образовательных учреждений об использовании бюджетных и не бюджетных средств» и являются документом,

рекомендующим правила организации платных дополнительных образовательных услуг в ДООУ,

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038);

В данной дополнительной программе представлены занятия, разработанные на основе следующих положений:

- Физкультурно-оздоровительное направление является частью всей воспитательно-образовательной работы в ДООУ и взаимосвязана со всеми ее направлениями. Особенно, важное, значение для воспитания и развития ребенка имеет связь занятий физической культуры с игрой. Такая разносторонняя связь повышает интерес детей к занятиям физической культуры и к игре.

- Для развития физической культуры необходимо создавать развивающую среду, постепенно вовлекая в этот процесс детей, вызывая у них радость, удовольствие, от материала в физкультурных уголках. Большое значение имеет удачный подбор материалов для занятий, удобное и рациональное размещение, доброжелательное отношение педагогу к каждому ребенку; эмоционально – положительная атмосфера занятий.

1.2. Актуальность

Главной ценностью для человека является его здоровье. Причём эта ценность выступает на двух уровнях: личном и общественном. Дошкольный возраст в развитии ребёнка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений. От того, как организовано воспитание и обучение ребёнка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни.

Забота о здоровье ребёнка взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей.

Воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с детства. По мнению специалистов – медиков, 75 % всех болезней человека заложено в детские годы.

Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальных проблем нашего времени. Однако состояние здоровья детей сегодня далеко не соответствует ни потребностям, ни потенциальным возможностям современного общества. Заболеваемость детей, посещающих детские сады, продолжает оставаться высокой.

Здоровье ребёнка зависит от ряда факторов – биологических, экологических, социальных, гигиенических, демографических, климатических условий, а именно:

наследственность;

неблагоприятная экологическая обстановка;

электронно-лучевое и «металло-звуковое» облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, просмотр видеофильмов, постоянно звучащая рок-музыка);

образ жизни (который оказывает наибольшее влияние на состояние

здоровья), а также от характера педагогических воздействий. В многоаспектном выражении нормальное психофизическое развитие старшего дошкольника и последующее сохранение его здоровья зависят от уровня двигательной активности, потребность в которой для дошкольника является естественной. Потребность в движении, повышенная двигательная активность – наиболее важные биологические особенности детского организма.

Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками. И чаще всего, ребёнок только на занятии по физической культуре может дать волю энергии, заложенной в нём. Но этого, конечно, не достаточно для того, чтобы дети вдоволь могли подвигаться. Вот почему в наше время стали так популярны занятия аэробикой, в частности степ-аэробикой. На занятиях дети учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваться духовно, эмоционально, физически, интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, участвуют в концертных выступлениях, учатся аккуратности, целеустремлённости.

Степ-аэробика развивает подвижность в суставах, формирует свод стопы, тренирует равновесие, укрепляет мышечную систему, улучшает гибкость, пластику, восстанавливает тонус тела, нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы, помогает выработать хорошую осанку, красивые, выразительные и точные движения, способствует гармоничному развитию.

Однако, основы детского фитнеса необходимо начинать с логоритмики. В процессе занятий логоритмикой, малыши учатся слышать музыку, чувствовать ритм, согласовывать движение с музыкальным ритмом. Поэтому, первым этапом освоения программы «Детский фитнес» мы предлагаем курс «Детская логоритмика». Освоение данного курса мы рассматриваем как пропедевтику к освоению курса «Степ-аэробика».

1.3. Цель и задачи программы

Цель:

Развитие физических и психофизических качеств дошкольников на занятиях «Детским фитнесом» с использованием современных средств развития.

Задачи:

1. Развивать двигательные способности детей и физические качества (быстроту, силу, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).

2. Формировать навыки правильной осанки развивать мышечную систему через упражнения на степ – платформах;

3. Формировать умение ритмически согласованно выполнять простые движения под музыку.

4. Упражнять в четких координированных движениях в соответствии с ритмом музыкального сопровождения.

5. Воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

6. Воспитывать чувство уверенности в себе.

1.4. Планируемые результаты

- У детей сформируется правильная осанка, укрепится костно-мышечный корсет, улучшится музыкальная и двигательная память.
- Повысится уровень двигательной активности.
- Возрастет интерес к занятиям по физической культуре, сформируется осознанное отношение к укреплению своего здоровья.

- Воспитанники, прошедшие курс степ-аэробики, освоят все базовые шаги и будут применять их в самостоятельной деятельности при выполнении музыкально-ритмических комплексов.

1. Ребенок будет знать:

- что такое степ-аэробика,
- правила безопасного поведения при выполнении упражнений с использованием спортивных снарядов, при выполнении гимнастических упражнений, при взаимодействии с другими детьми
- большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений
- упражнения, способствующие поддержанию правильной осанки и расслаблению позвоночника.

2. Будет уметь:

- изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения
- точно и правильно выполнять упражнения, состоящие из разнонаправленных движений для рук и ног, сложные циклические виды движений
- самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций
- выразительно исполнять движения под музыку
- находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки
- выполнять танцевальные шаги и базовые шаги степ-аэробики
- согласовывать свои действия со сверстниками при выполнении упражнений в парах, в подгруппах
- передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми.

1.5. Срок реализации программы

Курс программы «Детский фитнес» рассчитан на 2 года при проведении занятий 2 раза в неделю (общий объём – 72 занятия в год, 144 занятия за 2 года).

Программа представлена двумя содержательными блоками и рассчитана на детей младшего дошкольного возраста (2 – 4 года) и старшего дошкольного возраста (4 – 7 лет). Занятия с детьми младшего возраста – детская логоритмика, с детьми старшего – на степ-платформах.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Совместная деятельность с детьми в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с родителями воспитанников
Подвижная игра Игровая беседа с элементами движений Интегративная деятельность Игровые упражнения под текст и музыку Игры имитационного характера Индивидуальная	Подражательные движения Подвижные игры Игровые упражнения	Беседы Консультации Тренинги Информация в уголке для родителей День открытых дверей Праздники Развлечения

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально – технические условия организации физической культуры

1. Физкультурный зал.
2. Атрибуты для организации занятий (мячи, ленты, обручи и др.).
3. Степ – платформы.
4. Акустическая система.
5. CD и аудио материал.

3.2. Структура занятия

Части занятий	Длительность	Темп
Разминка (разновидности ходьбы, логоритмические упражнения)	5 минут	Умеренный
Основная (аэробная)	15 - 20 минут	Выше-среднего, высокий
Стретчинг, упражнения на осанку, равновесие.	5 минут	Умеренно - медленный
Заключительная (дыхательные упражнения, игра)	5 минут	Умеренно - медленный

В занятии выделяются 3 части: разминка, основная, заключительная.

Цель разминки - подготовить опорно-двигательный аппарат и все системы организма к предстоящей работе.

Для достижения этой цели необходимо повысить температуру тела и скорость метаболических процессов в организме. Критерием эффективности разминки является появление первых капель пота. Соответственно, продолжительность разминки будет зависеть от температуры окружающей среды и составлять от 3 - 5 минут.

Средством решения этой задачи является выполнение

низкоамплитудных, изолированных движений, производимые в медленном темпе, по принципу "сверху вниз": наклоны головы "стороны, вперед, круговые движения в плечевом суставе, движения таза вперед-назад, подъемы пятки и т.д. Во время разминки должна происходить фиксация: правильного положения корпуса и постановки ног.

После разминки следует *аэробная часть*, которая состоит из базовых и простейших основных "шагов" степ - аэробики. Во время аэробной части происходит разучивание "шагов", связок, блоков и комбинаций, а также многократное повторение разученных движений - прогон. "Шаги" выполняются с нарастающей амплитудой и акцентом на правильную технику. При этом они могут соединяться в простейшие связки или следовать один за другим по принципу линейной прогрессии. Если аэробная часть разминки достаточно интенсивна, то в организме происходят следующие процессы:

- повышается частота сердечных сокращений;
- повышается частота дыхания
- увеличивается систолический и минутный объём крови;
- перераспределяется кровоток: кровь отливает от внутренних органов и приливает к мышцам;
- усиливается деятельность дыхательных ферментов в мышцах, т.е. повышается способность мышц потреблять кислород.
- повышаются функциональные возможности организма;
- развиваются координационные способности;
- улучшается эмоциональное состояние занимающихся.

Все это способствует увеличению возможности кардиореспираторной системы переносить кислород к мышцам, переходу в процессе разминки к аэробному механизму энергообеспечения организма. Продолжительность основной части 15 – 20 минут.

Следующей частью урока является stretch (стретч), который призван решить следующие задачи:

- восстановить длину мышц до исходного состояния;

-умеренно развить гибкость - возможность выполнять движения в суставах с наибольшей амплитудой (увеличить подвижность суставов и эластичность мышц сверх исходного состояния);

-создать эмоциональную разрядку после физической нагрузки

Заключительный стретч включает в себя растягивающие упражнения для групп мышц, которые у большинства занимающихся растянуты слабо и могут спровоцировать травму при последующих занятиях.

В отличие от всего занятия, заключительный stretch создается структурно-хореографическим методом и выполняется под выбранное инструктором по физической культуре музыкальное произведение лирического характера.

Stretch начинается из положения лежа на спине, в котором выполняются статические растяжки для мышц ног. Каждое положение фиксируется и удерживается в течение 8-10 секунд, выполняются поочередные подтягивания ног руками к корпусу, как прямых, так и согнутых с фиксацией в конечном положении, разведение ног в стороны и т.д.

Из седа следует продуманный переход в положение стоя, в котором выполняются всевозможные статические растягивания в выпадах, наклонах, а также упражнения на равновесие с опорой на одну ногу

В заключительная часть занятия выполняются дыхательные упражнения и упражнения на релаксацию. По желанию детей можно провести игру. Это необходимо для создания у занимающихся ощущения законченности занятия. После этого следует поблагодарить детей за занятие. Разработанная методика поможет педагогу строить занятия на основе методов, приемов и принципов специфических для оздоровительной аэробики в условиях образовательного учреждения, выбирать оптимальную нагрузку.

Список литературы

1. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Учебно-методическое пособие. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС» – СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2014.
2. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2016.-112 с.
3. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017.
4. Квасова А.Ю., Аэробика в детском саду /научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4/2012.
5. Байзан Е.Л., Программа по танцевально-игровой гимнастике (в старшем дошкольном возрасте) научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 7/2014

**Перспективный план занятий
с детьми младшего дошкольного возраста (2-4 года)**

№	месяц	Кол-во занятий	Номер занятия	Тема занятий
1.	сентябрь	2	ЗАНЯТИЕ 1	«СБОР ОВОЩЕЙ»
2.	октябрь	2	ЗАНЯТИЕ 2	«ОСЕННЕЕ НАСТРОЕНИЕ»
3.		2	ЗАНЯТИЕ 3	«В ГОСТЯХ У ЛЕСОВИЧКА»
4.	ноябрь	1	ЗАНЯТИЕ 4	«ПАРОВОЗИК ИЗ РОМАШКОВО» (транспорт)
5.		1	ЗАНЯТИЕ 5	«ФЕДОРИНО ГОРЕ» (посуда)
6.		1	ЗАНЯТИЕ 6	«МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА»
7.		1	ЗАНЯТИЕ 7	«У БАБУШКИ В ДЕРЕВНЕ» (домашние животные)
8.	декабрь	1	ЗАНЯТИЕ 8	«СНЕГОВИК ПРИНЕС ПИСЬМО» (зима)
9.		1	ЗАНЯТИЕ 9	«ПРИКЛЮЧЕНИЕ ВОРОНЫ» (зимующие птицы)
		1	ЗАНЯТИЕ 10	«ИГРУШКИ»
10.		1	ЗАНЯТИЕ 11	«НОВЫЙ ГОД»
11.	январь	2	ЗАНЯТИЕ 12	«В МИРЕ ЖИВОТНЫХ» (дикие животные)
12.		1	ЗАНЯТИЕ 13	«В ДОМЕ МОЕМ» (семья)
13.	февраль	2	ЗАНЯТИЕ 14	«НОВОСЕЛЬЕ»
14.		1	ЗАНЯТИЕ 15	«ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА» (23 февраля)
15.		1	ЗАНЯТИЕ 16	«КРАЙ РОДНОЙ» (Россия. Наш край)
16.	март	2	ЗАНЯТИЕ 17	«КАК ЗАЙЧОНОК МАМУ ИСКАЛ» (8 марта)
17.		2	ЗАНЯТИЕ 18	«О ЧЕМ ПЛАЧЕТ СОСУЛЬКА» (Весна)
18.	апрель	1	ЗАНЯТИЕ 19	« ПЕТУШОК И ЕГО СЕМЬЯ»
19.		1	ЗАНЯТИЕ 20	« МУХА – ЦОКОТУХА»
20.		1	ЗАНЯТИЕ 21	«ПУТЕШЕСИВИЕ В СТРАНУ ЦВЕТОВ»
21.	май	1	ЗАНЯТИЕ 22	«НА ПАРАД ИДУТ СОЛДАТЫ»
22.		1	ЗАНЯТИЕ 23	«ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО»

ЗАНЯТИЕ 1.

«СБОР ОВОЩЕЙ»

1. ХОДЬБА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

1. УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ МОТОРИКИ «НА ОГОРОДЕ»

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «ХОЗЯЙКА ОДНАЖДЫ...»

Хозяйка однажды с базара пришла, «Шагают» пальчиками по столу.

Хозяйка с базара домой принесла

Картошку, капусту, морковку, горох, Загибают по одному пальчику на слово

Петрушку и свеклу. на обеих руках

Ох!.. Хлопок.

Вот овощи спор завели на столе — попеременные удары кулачками и ладонями

Кто лучше, вкусней и нужней на земле.

Картошка? Капуста? Морковка? Горох? Загибают пальчики на обеих руках

Петрушка иль свекла?

Ох! Хлопок.

Хозяйка тем временем ножик взяла Стучат ребром каждой ладони по столу

И ножиком этим крошить начала

Картошку, капусту, морковку, горох, загибают пальчики

Петрушку и свеклу.

Ох! Хлопок!

Накрытые крышкой, в душном горшке Ладони склад. крест-накрест на столе

Кипели, кипели в крутом кипятке

Картошка, капуста, морковка, горох, загибают пальчики

Петрушка и свекла.

Ох! Хлопок.

И суп овощной оказался не плох!

4. РИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «КАПЛИ»

Капля раз, капля два, Дети хлопают по коленям целыми длительностями

Капли медленно сперва. Хлопают в ладоши половинными.

Потом стали поспевать, Ударяют пальцами по ладони другой руки

Капля каплю догонять, четвертными.

5. Логоритмический массаж «КАПУСТА»

Мы капусту рубим, рубим. Стучат по спине ребрами ладоней.

Мы морковку трём, трём. Гладят спину пальцами вверх-вниз

Мы капусту солим, солим. «Бегают пальчиками по спине.

Мы капусту жмём, жмём. «Жмут»

Сок капустный пьём, пьём. Гладят спину.

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ЛИСТОЧКИ»

Листья осени тихо кружатся, Качают руками над головой вправо, влево;

Листья под ноги нам тихо ложатся. Приседают;

И под ногами шуршат, шелестят, водят руками по полу вправо, влево;

Будто опять закружиться хотят.

И под ногами шуршат, шелестят, Встают, водят руками ↑и↓ по очереди и глазами следят за движением;

будто опять закружиться хотят. Кружатся.

На проигрыш бегут по кругу и в конце «собираются в букет».

9. КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «ПИРОЖКИ»

Испекли мы пирожки Дети стоят в кругу и «лепят» пирожки

С разной начинкой:

С капустой пирог, Дети передают «пирожок» друг другу в руки, называя

С морковкой пирог, начинку, стараясь не повторяться.

Со свеклой пирог...

10. РЕЛАКСАЦИЯ. Звучит пьеса П.И. Чайковского «Октябрь» (из цикла «Времена года»), дети слушают ее с закрытыми глазами.

ЗАНЯТИЕ 2

«ОСЕННЕЕ НАСТРОЕНИЕ»

2. ХОДЬБА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «ОСЕНЬ»

Ветер по лесу летал, Плавные, волнообразные движения ладонями.

Ветер листики считал:

Вот дубовый, загибают по одному пальчику на обеих руках.

Вот кленовый,

Вот рябиновый резной,

Вот с березки – золотой,

Вот последний лист с осинки Спокойно укладывают ладони на стол.

Ветер бросил на тропинку.

3. КОМПЛЕКС ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ «ПОГРЕЕМСЯ»

Сильный мороз вдох через нос, шумный выдох

Заморозил наш нос в ладошку, которой прикрыто лицо.

Носик погреем,

Подышим скорее.

Отогрели нос, глубокий вдох ч/нос, втянуть нижнюю губу под верхнюю

А подбородок замерз. длительно бесшумно подуть вниз на подбородок.

Ладонки погреем выдох на ладонки, произнося слог «фа»

Дышим веселее!

Мерзнут ножки наши? дети выполняют приседания, произнося слог «ух».

Весело попляшем!

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ЛИСТОЧКИ»

Листья осени тихо кружатся, Качают руками над головой вправо, влево;

Листья под ноги нам тихо ложатся. Приседают;

И под ногами шуршат, шелестят, водят руками по полу вправо, влево;

Будто опять закружиться хотят.

И под ногами шуршат, шелестят, Встают, водят руками ↑и↓по очереди и глазами следят за движением;

Будто опять закружиться хотят. Кружатся.

На проигрыш бегут по кругу и в конце «собираются в букет».

5. РИТМИЧЕСКАЯ ИГРА «КАПЛИ»

Капля раз, капля два, Дети хлопают по коленям целыми длительностями

Капли медленно сперва. Хлопают в ладоши половинными.

Потом стали попевать, Ударяют пальцами по ладони другой руки

Капля каплю догонять, четвертными.

6. КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «ТУЧА»

Дети бегают по залу под тихие звуки польки. Под громкую музыку дети быстро встают в круг, берутся за руки и двигаются приставным боковым шагом вправо под песню.

Туча, ты туча!

Спустись пониже!

Чем туча ниже,

Тем земля ближе.

Бах! Резко приседают.
И попрыгали из тучи
Гномы – капельки воды.
Водяные молоточки
Не забыли взять они,
Поскакали по дорожкам,
Застучали в барабан.
Скачет дождик, пляшет дождик,
Стало мокро тут и там.

7. РЕЛАКСАЦИЯ. Инструктор по физической культуре предлагает детям отдохнуть. Звучит пьеса П.И. Чайковского «Октябрь» (из цикла «Времена года»), дети слушают ее с закрытыми глазами.

ЗАНЯТИЕ 3.

«В ГОСТЯХ У ЛЕСОВИЧКА»

Логопед загадывает детям загадку:

Я загадаю вам загадку, вы тихо мне ответите,
Дом со всех сторон открыт, он резною крышей крыт.
Заходи в зеленый дом, чудеса увидишь в нем. (Лес)
Предлагает отправиться в лес за грибами.

1. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ «ПРОГУЛКА В ЛЕС»

В лес отправимся гулять, Дети маршируют
Будем весело шагать.
По тропиночке пойдем
Друг за дружкой гуськом. Ходят «змейкой» между «кочками»
На носочки встали
И к лесу побежали. Бегут на носках
Ноги выше поднимаем, Ходят высоким шагом, перешаг. через «кочки»
На кочки мы не наступаем.
И снова по дорожке
Мы весело шагаем. Маршируют.

2. ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ГРИБОЧКИ»

Как в лесу-лесочке Руки сцеплены «в замок»
Выросли грибочки. Поднимают постепенно руки вверх.
Мы корзиночки возьмем Левая рука согнута в локте наподобие корзинки,
И грибочки соберем: правой рукой «собирают в корзинку грибы».
На лесной опушке Загибают на левой руке пальцы по одному.
Красуется волнушка,
На пеньке – опята,
Дружные ребята.
А в траве – лисички,
Рыжие сестрички.
Подбоченившись стоит
Под березкой боровик.
Ну а груздь на крепкой ножке
Так и просится в лукошко!

3. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЧУВСТВА ТЕМПА И РИТМА

(под детскую польку Жилинского «Танец грибов»).

1-я часть музыки («Выросли грибы»).

2-я часть музыки.

Повтор 1-й части.

Повтор 2-й части.

Повтор 1-й части («Грибы спрятались»).

Дети

На сильные доли каждого такта по очереди поднимаются из положения на корточках.

Кружатся топающим шагом
Взявшись за руки «лодочкой»,
покачиваются, преступая с ноги на ногу.

Прижимаются спинами друг другу,
руки опущены вниз и сцеплены,
кружатся топающим шагом.

На сильные доли каждого такта садятся на корточки.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ЛИСТОЧКИ»

Листья осени тихо кружатся, Качают руками над головой вправо, влево;

Листья под ноги нам тихо ложатся. Приседают;

И под ногами шуршат, шелестят, водят руками по полу вправо, влево;

Будто опять закружиться хотят.

И под ногами шуршат, шелестят, Встают, водят руками ↑и↓ по очереди и глазами следят за движением;

будто опять закружиться хотят. Кружатся.

На проигрыш бегут по кругу и в конце «собираются в букет».

5. УПРАЖНЕНИЕ «ЭХО»

Основным элементом этого упражнения является скользящая (глиссирующая), восходящая и нисходящая интонация с резким переходом из грудного в фальцетный регистр и, наоборот, с характерным «переломом» голоса, который называется «регистровый порог» (для детей).

Кричу в лесу:

— А-а-а-у-у-у! Переход от звука [а] внизу к звуку [у] вверх.

А мне в ответ:

— А-а-а-у-у-у!

Опять кричу:

— А-а-а-у-у-у!

А мне в ответ:

— А-а-а-у-у-у!

Постепенно «Ау» заменить следующими последовательностями: «У-у», «У-о», «О-а», «А-э», «Э-ы»

6. ИГРА « ЧЕЙ КРУЖОК БЫСТРЕЕ СОБИРЕТСЯ» (под русскую народную мелодию «Как под яблонькою» в обработке Т. Ломовой)

7. РЕЛАКСАЦИЯ «ВЕТЕРОК»

В центр круга, в котором сидят дети ставится макет березки с прикрепленными на ниточках легкими желтыми листочками. Дети подходят к дереву и дуют на листочки, стараясь вдыхать носом, шумно выдыхать ртом с втянутыми в трубочку губами.

ЗАНЯТИЕ 4.

«ПАРОВОЗИК ИЗ РОМАШКОВО»

(транспорт)

1. ХОДЬБА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ИГРА-УПРАЖНЕНИЕ «САМОЛЕТ» НА КООРДИНАЦИЮ РЕЧИ С ДВИЖЕНИЕМ, РАЗВИТИЕ ОБЩИХ РЕЧЕВЫХ НАВЫКОВ

Руки в стороны – в полет Дети бегут на носочках по кругу,
Отправляем самолет. —расставив руки в стороны
Правое крыло вперед, Поворот через правое плечо
Левое крыло вперед, Поворот через левое плечо
Полетел наш самолет. Бегут по кругу, расставив руки в стороны.

3. ИГРА-УПРАЖНЕНИЕ«ТЕПЛОХОД» НА КООРДИНАЦИЮ РЕЧИ С ДВИЖЕНИЕМ, РАЗВИТИЕ ЛОГОРИТМИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

От зеленого причала — Шаг вперед, руки опущены

Оттолкнулся теплоход

Раз, два — Два шага назад

Он назад шагнул сначала.

А потом шагнул вперед — Два шага вперед

Раз, два –

И поплыл, поплыл по речке.

Руки вытянуты вперед и сомкнуты –

Набирая полный ход. Движения по кругу мелкими шажками

4. ИГРА-УПРАЖНЕНИЕ «НА ШОССЕ»

По шоссе спешат машины. Дети бегут по кругу, держат в руках

— Ш-ш-ш! – шуршат спокойно шины. воображаемый руль.

И шипят со злом уже: Поворачиваются и бегут по кругу в

– Не спеш-ш-ши на вираже. обратную сторону.

Еж с мешком и посошком Наклоняются, чтобы спина стала круглой,

По шоссе идет пешком. левую руку кладут за спину, в правой держат
воображаемый посошок, идут медленно

по кругу .

Над ежом кружится стриж: Встают на цыпочки, машут руками, как

— Ты куда же, еж, спешишь? крыльями, бегут по кругу.

— Прямо в город, по шоссе Опять идут, изображая ежика

Тороплюсь я, как и все.

— Будь, дружок, настороже, Опять бегут в противоположную сторону,

Не спеши на вираже! изображая стрижа.

5. ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ВЕСЕЛИТСЯ ДЕТВОРА»

Тр-р-п – машины загудели, «Заводят мотор» руками

Вж-ж-ж – колеса засвистели!

Отойди в сторонку, Грозят пальцем.

На площадке – гонки!

Обгоняет всех лисица Пальчиками прав.руки «бегут» по лев.руке

На машинке голубой,

А за нею кукла мчится, Пальчиками лев.руки «бегут» по прав.руке

Машет зрителям рукой.

Мишка в красном колпачке Стучат кулачками по коленям.

Едет на грузовичке.

Зайка тоже очень рад: Пальчиками «бегут» по телу вверх до шеи

Дали зайке самокат.

Вот и финиш. Стоп. Руки скрестили на груди, похлопали
ладошками по плечам.

Ура! Руки вверх

Веселится детвора! Хлопают в ладоши.

6. ФОНОПЕДИСКОЕ И ДВИГАТЕЛЬНОЕ УПРАЖНЕНИЕ«ПАРОВОЗ ПРИВЕЗ НАС В ЛЕС»

Паровоз привез нас в лес: Ходьба по залу с согнутыми в локтях руками
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!

Там полным-полно чудес. Удивленно произносить «М-м-м» на выдохе,
одновременно постукивая пальцами по крыльям носа.

Вот идет сердитый еж: Низко наклониться, обхватив руками грудь, —
свернувшийся в клубок ежик.

Где же носик? Не поймешь. Звук и взгляд направлять соответственно по
Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р! Тексту

Вот веселая пчела

Детям меда принесла:

З-з-з! З-з-з!

Села нам на локоток: Укрепление связок гортани, профилактика храпа

З-з-з! З-з-з!

Полетела на носок:

З-з-з! З-з-з!

Осу ослик испугал:

-Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

На весь лес он закричал: Медленная ходьба, руки «крылья» поднимать на
Й-а-а-а! Й-а-а-а! Й-а-а-а! вдохе, опускать со звуком.

Гуси по небу летят,

Гуси ослику гудят:

— Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

Устали? Нужно отдыхать, Дети садятся на ковер и несколько раз зевают,

Сесть и сладко позевать. стимулируя тем самым гортанно-глоточный
аппарат и деятельность головного мозга.

7. ПЕСНЯ «МЧИТСЯ ПАРОВОЗ»

Мчится, мчится паровоз, чух-чух-чух-чух,

Слышен стук его колес, чух-чух-чух-чух,

Он колесами стучит, чух-чух-чух-чух,

И тихонечко ворчит, чух-чух-чух-чух.

8. РЕЛАКСАЦИЯ «НАСОС» ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

ЗАНЯТИЕ 5

«ФЕДОРИНО ГОРЕ»

(посуда)

1. ХОДЬБА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. УПРАЖНЕНИЕ «ЧАЙНИК» РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ВООБРАЖЕНИЯ, ЛОГОРИТМИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

Я – чайник, ворчун, хлопотун, сумасброд, Дети стоят, изогнув одну руку, как
носик чайника, другую держат на поясе;

Я вам напоказ выставляю живот. Животик надут

Я чай кипячу, клопочу и кричу: Топают

— Эй, люди, я с вами почайничать хочу! Делают призывные движения правой
рукой.

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «ПОСУДА»

4. ФОНОПЕДИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ЧАЙНИК»

Вед.: Ребята, посмотрите, чайник закипел. Давайте покажем, как закипает чайник.
Из положения на корточках постепенно встают, руки поднимают вверх и делают глубокий вдох, на выдохе руки разводят в стороны и произносят звук Ф-Ф-Ф-Ф.

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСЕНКА «ТАРЕЛКА»

Вот тарелка для Валерки — «Рисуют» руками большой круг.
Желтые колечки. «Рисуют» — Указат. пальцами маленькие колечки
Для котлеты, для пюре, — Загибают на лев.руке пальчики прав.рукой, нач. с
Для блинов и гречки. — большого пальца.

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСЕНКА «ЧАШКА»

Чашка синяя для Мити, Присели, правая рука на поясе, как ручка чашки
Чтобы чаю мог попить он, Встали, на каждое название загибают пальчики
Соку, сливок, лимонаду. Правой руки левой рукой.
Нам украсить чашку надо. Показывают, как украшают чашку точками.

7. ИГРА «КУХОННЫЙ ОРКЕСТР»

Наш повар Василий
На кухню пришел.
Он главный, он сильный,
Он – как дирижер!
Огромным половником только взмахнет –
Оркестр посудный тотчас запоеет:
Кастрюли огромные – бом-бом!
Бидоны бездонные – дон-дон!
Чашки для чая – тинь-тинь!
Сковородка большая – динь-динь!
Вилки и ложки – там-там!
Тарелки и плошки – бам-бам, бам-бам.
Оркестр играет у нас интересный,
А борщ получается – просто чудесный!

8. «ТРЯМДИ – ПЕСЕНКА» КОММУНИКАТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ИГРА

Дети стоят парами лицом друг к другу.
Маленькие пальчики: «Здороваются» кончиками пальцев обеих рук.
Трям-трям-трям!
Барабанят пальчики:
Трям-трям-трям!
А теперь ладошки: То же ладошками
Трям-трям-трям!
Кулачками постучим: То же осторожно кулачками
Трям-трям-трям!
По трям-трямски говорим:
— Трям-трям-трям!
Засопели носики: Касаются друг друга носиками – «здороваются»
Трям-трям-трям!
Носики-насосики:
Трям-трям-трям!
А теперь мы улыбнулись, «Пружинка», улыбаются
Прыгнули и повернулись. Подпрыгнули на месте, покружились
Мы в Трям-трямдии живем, Хлопают в ладоши
Трямди песенки поем!
Трям-трям-трям!

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 6.

«МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА»

1. ХОДЬБА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ИГРА «ШВЕЙНАЯ МАШИНА»

Дети правой рукой делают круговые вращения в кисти и локте, левая рука как бы выполняет мелкие движения, характерные для работы иголкой. Затем движения меняются: левая рука делает круговые движения, правая – движение иголки. Движения рук производятся под ритмичное проговаривание: «тук-тук-тук».

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ЗДРАВСТВУЙ!»

Здравствуй, солнце золотое! Дети пальцами правой руки по очереди
Здравствуй, небо голубое! «здороваются» с пальцами левой руки, похлопывая
Здравствуй, вольный ветерок! друг друга кончиками, нач. с больших пальцев.
Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю –

Всех я вас приветствую! Переплетают пальцы «замочком» и поднимают руки над головой

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ПЛАТЬЕ»

Это платье для Наташки — Четыре ритмичных поворота вправо-влево-вправо-влево, держа руки на поясе.

Красные горошки. Четыре ритмичных прыжка на обеих ногах.

А на платье два кармашка, «Рисуют» на животике два кармашка

Спрячем в них ладошки. Прикладывают обе ладошки к животу.

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «БРЮКИ»

Эти брюки для Илюши по 2 р. Топают сначала правой ногой, потом – левой.

Сшила бабушка из плюша. Показывают, как бабушка шила брюки

Ходит в них гулять Илья, Идут по кругу, взявшись за руки.

Он большой, как ты и я. Поднимают руки ↑, тянутся на носочках.

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА «ВЕСЕЛЫЕ СЛОГИ»

Ла-ла-ла... Три раза хлопают в ладоши.

Мила пол мела. Имитируют.

Лу-лу-лу... Хлопают три раза в ладоши

Слава взял пилу. Имитируют.

Ул-ул-ул... Хлопают три раза в ладоши

Михаил уснул. Кладут руки под щеку.

Ща-ща-ща... Хлопают три раза в ладоши.

Наварили мы борща. Имитируют

Щи-щи-щи... Хлопают три раза в ладоши.

Щиплем щавель мы на щи. Имитируют.

7. РИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ПОВТОРИ, ДРУЖОК, ЗА МНОЙ»

8. КОММУКАТИВНЫЙ ТАНЕЦ « ПЕРЕКРЕСТНЫЙ – ТАНЕЦ»

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 7

«У БАБУШКИ В ДЕРЕВНЕ»

(домашние животные)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ «ДУДОЧКА»

3. УПРАЖНЕНИЕ «КОРОВА»

Рано-рано поутру

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру!»

А коровки в лад ему
Затянули: «Му-му-му!»

Дети глубоко вдыхают ртом, медленно выдыхают и мычат, легко постукивая указательными пальцами по ноздрям.

То же самое упражнение проводится с постукиванием пальцами носогубных складок.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «КОРОВА»

«Му-му-му! – мычит корова. — Идут по кругу, сделав «рога» из указ. пальчиков.

Забодаю Катю с Вовой. Поворачиваются лицом в центр круга, делают по два поворота головой вправо-влево.

Вы не пьете молоко? Ставят руки на пояс, делают сердитое лицо.

Убегайте далеко!» Разбегаются.

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «КОНЬ»

Звонко цокают копытца. Идут по кругу, высоко поднимая колени.

Конь идет к реке напиться.

Хвост пушистый у коня, Останавливаются, показ.правой рукой «хвостик»

Как косичка у меня.левой рукой показывают «косичку»

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «КОТЁНОК»

Котенок смешной, удаленький.

И, словно ребенок маленький,

Играет он на заваленке –

Котенок смешной, удаленький.

Лапкой потянулся: «Мяу».

Спиночкой прогнулся: «Мяу».

За мячом пустился вскачь,

А потом вцепился в мяч.

«Мяу, мяу, мяу, мяу, мяу».

7. ГИМНАСТИКА «СОБАКА»

1. «Собака принохивается» (на укрепление мышц шеи, активизацию дыхания). И.п. – сидя, спина и шея прямые. Наклонить голову вперед-вниз, делая вдох носом, затем поднять голову в и.п. и откинуть назад, делая вдох ртом, вернуться в и.п.

2. «Собака показывает зубы» (на выработку статического напряжения жевательных мышц). Плотнo сжимать зубы на счет «1, 2», медленно разжать их на счет «3».

3. «Собака пугает дичь» (на укрепление мышц губ). Поднимать и опускать в 4 приема поочередно обе губы: а) поднять верхнюю губу, б) опустить нижнюю губу, в) опустить верхнюю губу до нормы, г) поднять нижнюю губу до нормы

8. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «КОТ-ЦАРАПКА»

Кот сибирский, Дети сжимают правую ладонь в кулак;

Кот – царапка сжимают левую ладонь в кулак;

Учит деток танцевать. Сжимают и разжимают кулачки

-Ну-ка, детки, правую ладонь поднимают ↑ и сжимают в кулак;

По команде: сжимают левую ладонь в кулак;

Раз, два, три, четыре, пять. Пальчики здороваются с большим пальцем;

Грациозно, незаметно поочередно гладят правой и левой руками за ушками: по 2 раза каждой рукой;

Надо лапки поднимать.

левой, правой, поочередные махи кистями рук;

левой, правой, поочередные махи кистями рук;

Раз, два, три, четыре, пять. Хлопают в ладоши.

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 8

«СНЕГОВИК ПРИНЕС ПИСЬМО»

(зима)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «СНЕГОВИК»

Раз – рука, два – рука: Дети вытягивают руки вперед

Лепим мы снеговика. «Лепят» руками.

Три – четыре, три – четыре — Идут по кругу

Нарисуем нос пошире.

Пять – найдем морковь для носа, Сужают круг.

Угольки найдем для глаз. Расширяют круг.

Шесть – наденем шляпу косо, Выполняют «пружинку»

Пусть смеется он у нас.

Семь и восемь, семь и восемь — Выставляют ногу на пятку.

Мы сплясать его попросим.

Девять – десять – снеговик Хлопают в ладоши

Через голову – кувырк... Кружатся дробным шагом.

Ну и цирк! Поднимают руки вверх.

3. ФОНОПЕДИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «МЕТЕЛЬ»

Свистели метели Дети делают glissando от низкого регистра к верхнему на звук [у]

Летели снега, Делают glissando от высокого регистра к низкому на звук [о]

Стелила постели большая пурга Делают glissando на звук [и] то ↑, то ↓, показывая высоту звука рукой.

Стелила постели морозом она, Пропевают отрывистые, «острые» звуки [а] в разных регистрах по показу воспитателя

И было метелям всю ночь То усиливают звук, разводя руки в стороны, то затихают, приближая ладони друг к другу, на одном дыхании пропевая разные гласные.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ЁЛКА»

Ёлка, ёлка колется колко.

Ёлка, ёлка колется колко.

Острые иголочки, ой!

У колючей ёлочки, ой-ой-ой!

Острые иголочки, как у ежа.

Уколоть вы можете малыша.

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «СНЕГОВИКИ И СОСУЛЬКИ»

УПРАЖНЕНИЕ на развитие выразительной речи, мимики и движений

Вед: Встретились однажды во дворе Толстячки-Снеговички и Сосульки-Худышки.

Удивились Сосульки: Дети смотрят, подняв брови и широко открыв глаза

«Ах, какие вы толстые!»

Рассердились Снеговички: Хмурят брови, морщат губы, смотрят сердито.

«Не такие уж мы и толстые!»

Еще больше удивились Сосульки: Округляют губы (как буква «о»), подним. брови

«О, да вы еще и сердитые!»

Еще больше рассердились Снеговички: Вытяг. губы трубочкой, сводят брови

«У-у-у! Мы действительно сердитые!»

Сморщили нос Сосульки: Морщат нос, произ. слова с недовольством в голосе

«Фу! Не хотим с вами разговаривать!»

Скривили губы Снеговички: Изображ.на лице возмущение, кривят уголки рта.

«Пф! Ну и не надо».

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ЗИМНЯЯ ПЛЯСКА»

Мы погреемся немножко, Дети, взявшись за руки, идут по кругу.
Мы похлопаем в ладошки: Останавливаются и хлопают в ладоши
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп.
Ножки тоже мы погреем, Двигаются по кругу.
Мы потопаем скорее: Останавливаются и притопывают.
Топ, топ, топ, топ.
Рукавицы мы надели, Вытягивают вперед руки и поворачивают ладони
вверх-вниз, будто показывая рукавицы.
Не боимся мы метели:
Прыг, прыг, прыг, прыг. Исполняют прыжки на месте.
Мы с Морозом подружились, Изображают снежинки, кружатся и
Как снежинки закружились: «разлетаются» в разные стороны.
Да-да-да!

7. «ЗИМА» УПРАЖНЕНИЕ НА КООРДИНАЦИЮ СЛОВА И ДВИЖЕНИЯ, ЧУВСТВО РИТМА

Ух! Ух! Ух! «Тарелочки»;
Мчатся сани хлопки справа, слева в ритме музыки;
Во весь дух. 2 раза топают;
Ух! Ух! Ух! «Тарелочки»;
Снег под горкой хлопки в ритме музыки;
Словно пух. 2 хлопка над головой.

8. КОМПЛЕКС ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ «ПОГРЕЕМСЯ»

Сильный мороз Вдох через нос, шумный выдох
Заморозил наш нос. в ладошку, которой прикрыто лицо.
Носик погреем,
Подышим скорее.
Отогрели нос, Глубокий вдох через нос, втянуть нижнюю губу под верхнюю
А подбородок замерз. длительно бесшумно подуть вниз на подбородок.
Ладошки погреем — Выдох на ладошки, произнося слог «фа»
Дышим веселее!
Мерзнут ножки наши? Дети выполняют приседания, произнося слог «ух».
Весело попляшем!

ЗАНЯТИЕ 9.

«ПРИКЛЮЧЕНИЕ ВОРОНЫ»

(зимующие птицы)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ФОНЕПЕДИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «МЕТЕЛЬ»

Свистели метели Дети делают glissando от низкого регистра к верхнему на звук [у]
Летели снега, Делают glissando от высокого регистра к низкому на звук [о]
Стелила постели большая пурга Делают glissando на звук [и] то ↑, то ↓, показывая высоту
звука рукой.

Стелила постели морозом она, Пропевают отрывистые, «острые» звуки [а] в разных
регистрах по показу воспитателя

И было метелям всю ночь То усиливают звук, разводя руки в стороны, то затихают,
приближая ладони друг к другу, на одном дыхании пропевая разные гласные.

3. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ВОРОНА»

На фонарь ворона села, Присели.

Посидела, посмотрела. Повороты головы влево-вправо.

«Кар! – она сказала громко. — Нахмуривают брови, грозят указ. пальцем прав. руки.

Не капризничает Ромка?» Грозят указательным пальцем левой руки.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ВОРОБЬИШКА»

Шустро скачет воробьишка, Прыгают по кругу на обеих ногах,
Птичка – серая малышка. прижав руки к бокам, как крылышки.
По двору шныряет, По два поворота головы влево-вправо на
Крошки собирает. каждую строчку.

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ВОРОБЬИ, ВОРОБЫШКИ»

Воробьи-воробышки Стучат палочками по полу 2 р., двумя руками
справа, двумя руками слева;

Скачут под окном, по очереди палочки скачут по полу;

Воробьи-воробышки стучат палочками по полу 2 р. двумя руками
справа, двумя руками слева;

Кормятся зерном палочки держат вертикаль. и 3 р. стучат перед собой;

Мы зимой холодной стучат палочкой по полу 2 раза справа и слева;

За ними приглядим, встречн. удары палочек 3 р. в горизонт. положении;

Воробьям-воробышкам стучат палочками по полу 2 р., двумя руками слева;

Зернышек дадим. стучат палочкой о палочку 3 р. перед собой.

6. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «ПОЙ-КА, ПОДПЕВАЙ-КА»

Пой-ка, подпевай-ка,

Десять птичек – стайка.

Эта птичка – соловей Дети загибают по одному пальчику на обеих руках.

Эта птичка – воробей,

Эта птичка – совушка,

Сонная головушка.

Эта птичка – свиристель,

Эта птичка – коростель.

Эта птичка – злой орлан. Машут сложенными накрест ладонями.

Птички, птички, по домам. Машут обеими руками, как крыльями.

7. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ЗИМНЯЯ ПЛЯСКА»

Мы погреемся немножко, Дети, взявшись за руки, идут по кругу.

Мы похлопаем в ладошки: Останавливаются и хлопают в ладоши

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп.

Ножки тоже мы погреем, Двигаются по кругу.

Мы потопаем скорее: Останавливаются и притопывают.

Топ, топ, топ, топ.

Рукавицы мы надели, Вытягивают вперед руки и поворач. ладони
вверх-вниз, будто показывая рукавицы.

Не боимся мы метели:

Прыг, прыг, прыг, прыг. Исполняют прыжки на месте.

Мы с Морозом подружились, Изображают снежинки, кружатся и

Как снежинки закружились: «разлетаются» в разные стороны.

Да-да-да!

8. КОММУНИКАТИВНЫЙ ТАНЕЦ-ИГРА «ВЕСЕЛЫЕ ДЕТИ»

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

Занятие 10

«ИГРУШКИ»

Дети входят в зал, где много игрушек.

ПЕДАГОГ: Игрушки пришли поблагодарить вас за чудесный новый дом и поиграть с вами. Представьте себе, как весело зашагали бы они, если бы вдруг ожили.

1. ВВОДНОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Дети под музыку в высоком регистре шагают, как игрушки, в быстром темпе (пальцы рук прямые, прижаты друг другу).

2. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ

педагог: Каждой игрушке дали по кубику. (Дети берут кубики, шагают друг за другом под музыку. Пауза - дети останавливаются и кладут кубики на пол. Опять звучит музыка - дети шагают без кубиков, пауза - поднимают их с пола и т.д.).

3. УПРАЖНЕНИЕ РЕГУЛИРУЮЩЕЕ МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС

Педагог: Какая большая тряпичная кукла! И голова у нее огромная. Это Шалтай-Болтай.

Педагог Шалтай - Болтай сидел на стене. Шалтай - Болтай свалился во сне. И вся королевская конница. И вся королевская рать ... Не могут Шалтая, не могут Балтая, Шалтая-Болтая, Болтая- Шалтая Шалтая-Болтая поднять	Дети Стоят на месте, поворачивают корпус вправо влево, руки свободно висят. На последний слог наклоняют корпус вперед - вниз, руки свободно висят. Маршируют на месте. То же самое. Имитируют поднимание тяжести сполза: наклоняют корпус с начала в перед, потом назад, на последний слог наклоняют корпус вперед - вниз, руки висят.
---	---

4. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЧУВСТВА ТЕМПА И РИТМА « ПОСПИ И ПОПЛЯШИ»

Педагог:

«Глазки голубые, кудри золотые, губки розовые.

*Наклонишь вправо - скажет «мама»,
наклонишь влево замолчит». (Кукла).*

Дети встают в круг и передают друг другу :куклу на сильную долю каждого такта (пьеса Т. Ломовой «Поспи и попляши»). Затем танцуют или укачивают куклу (под соответствующую мелодию).

5. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ СЛОВА С ДВИЖЕНИЕМ

Раздается звон. Это Ванька - Встанька

Педагог Ванька-Встанька, Ванька-Встанька, Приседай – ка, приседай - ка, Непослушный, ишь какой. Нам не справиться с тобой.	Дети Наклоняют туловище вправо-влево, руки на поясе Выполняют полупрясдания. Грозят указательным пальцем правой руки То же левой рукой
--	---

6. СЛУШАНИЕ

Педагог: Сколько игрушек пришло к нам в гости! И все они веселятся! Вы умеете бережно обращаться с игрушками? (Ответы детей).

Слушают песню «Игрушки заводные», муз.л. Сидельникова, сл. З. Петровой
Обсуждают ее содержание.

Слышится лай.

Дети: Это же щенок Бобик.

8. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВЫХ И МИМИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ

Педагог предлагает накормить Бобика.

Педагог Дадим ему мясо. Дадим ему перец. Дадим ему лимон! Дадим ему молока!	Дети Имитируют радость Имитируют недовольство. Морщатся Имитируют лаканье, зевают (Бобик спать захотел).
---	---

9.УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МУСКУЛАТУРЫ ПАЛЬЦЕВ РУК

Дети при помощи пальцев изображают собаку, птицу, козу и др.

10. ИГРА

Дети по очереди изображают различные игрушки, другие должны разгадать, кто изображен в пантомиме.

11.ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Всех кукол дети усаживают в центре зала, двигаются по кругу, сужая и расширяя его, прощаются с игрушками, уходят из зала.

ЗАНЯТИЕ 11

«НОВЫЙ ГОД»

Инструктор по физической культуре предлагает детям вспомнить прошедший новогодний праздник.

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ

Снежинки летят, кружатся, опускаются на землю. (Дети внимательно слушают музыку и движениями реагируют на изменения в ней).

3. УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗВИТИЕ ЧУВСТВА ТЕМПА И РИТМА«ПОГРЕМУШКИ»

4.УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ (СЛОВО + ДВИЖЕНИЯ)

<i>Педагог</i>	<i>Дети</i>
Хлоп, хлоп, хлоп!	Хлопают в ладоши.
топ, топ, топ!	Топают ногами.
А под елкой черный кот.	Приседают, пружиня коленями на каждый слог.
Под елку он залез поспать.	Сгибают и разгибают кисти рук.
Нам мешает танцевать.	Грозят пальцем на каждый слог.

5. УПРАЖНЕНИЕ. ЛЮБАЯ ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ ПРО НОВЫЙ ГОД

6. ПЕНИЕ. ЛЮБАЯ ПЕСНЯ ПРО НОВЫЙ ГОД

7. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВЫХ И РИТМИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ

Дети мимикой изображают, что едят кислый лимон, сладкую конфету и т.д.

8.УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МУСКУЛАТУРЫ ПАЛЬЦЕВ РУК

Дети жестами изображают сосульку, шарик, игрушки из гофрированной бумаги (*ладони вместе, затем пальцы раскрываются веером*).

9 УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 12

«В МИРЕ ЖИВОТНЫХ»

(дикие животные)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ «ПРО МЕДВЕДЯ»

Ходит по лесу медведь, Дети изображают, как ходит медведь.

Хочет сесть и посидеть.

Где ж такое место есть, Спрашивают, разводя руками.

Чтобы мог медведь присесть? Высматривают из-под руки подходящее место

То высок пенек, Показывают высокий пенек – на уровне груди

То торчит сучок, Показывают сучок: прав.руку сжимают в кулак,

и поднимают указательный палец.

То мокрый мох, Разводят руками, тяжело вздыхают.

То мох пересох! Ох!

То низкий пенек, Показывают низкий пенек, нагнувшись

То густая тень, Разводят руки в стороны и смотрят вверх

То узкий ров, Кладут ладони ребром на стол (на пол) // друг

другу на небольш. расстоянии. Затем вытягивают руки вперед, не отрыв.их от стола (пола) – показывают, как тянется длинный и узкий ров.

То гнездо муравьев. Показывают руками холмик – гнездо муравьев: поднимают ладони // полу так, что бы большие пальцы соприкоснулись.

Затем разводят руки вниз в стороны.

То кричит сорока, Прыгают в правую (левую) сторону.

То колючки сбоку, Показывают колючки: руки сгибают в локтях, поворачивают ладони в левую сторону, пальцы растопыривают. Отпрыгивают вправо.

Нет хорошего местечка. Качают головой, обхватив ее руками.

Это сказка о медведе, Показывают, как ходит медведь.

О медведе-привереде.

2. ПАЛЬЧИКОВАЯ СКАЗКА «РУКАВИЧКА»

Из-за леса, из-за гор Дети шлепают ладошками по коленям.

Топал дедушка Егор.

Очень он домой спешил – Показывают обратную сторону ладони с вытянутым Рукавичку обранил. вверх большим пальцем – жест «Рукавичка».

Мышка по полю бежала, «Бегают» пальчиками одной руки по другой руке.

Рукавичку увидала. Жест «Рукавичка»

— Кто, кто здесь живет? Стучат правым кулачком по левой ладошке.

Мышку здесь никто не ждет? Грозят пальцем.

Стала жить-поживать,

Звонко песни распевать. Хлопки.

Зайка по полю бежал, Жест «Зайчик»

Рукавичку увидал. Жест «Рукавичка»

— Кто, кто здесь живет? Стучат правым кулачком по левой ладошке

Звонко песенку поет? Хлопки.

Мышка зайку пригласила, Зовут, жестикулируя правой рукой.

Сладким чаем напоила. Вытяг.вперед руки, ладошки вытяг.в виде чашечки.

Зайка прыг, зайка скок,

Вкусных пирогов напек. «Пекут» пирожки.

Как по полю шла лисичка, Мягкие движения кистями рук.

Увидала рукавичку. Жест «Рукавичка»

— Кто, кто здесь живет? Стучат правым кулачком по левой ладошке.

Звонко песенку поет? Хлопки.

И лисичку пригласили. Мягкие движения кистями рук.

Пирожками угостили. «Пекут» пирожки.

Стала жить там, поживать,

Пол метелкой подметать. Движения руками влево-вправо.

Мишка по полю гулял, Стучат кулачками по коленям

Рукавичку увидал. Жест «Рукавичка»

— Кто, кто здесь живет? Стучат правым кулачком по левой ладошке.

Звонко песенку поет? Хлопки.

Звери испугались, Сжать пальцы рук в «замок».

В страхе разбежались. Развести руки в стороны.

3. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ЗВЕРИ»

Зайка скачет по кусточкам, Скачут на обеих ногах, сделав «ушки» из ладоней

По болоту и по кочкам.

Белка прыгает по веткам, прыгают, сложив руки перед грудью.

Гриб несет бельчатам-деткам.

Ходит мишка косолапый, Идут вперевалочку.

У него кривые лапы.

Без тропинок, без дорожек Двигаются в полуприсяде, сделав круглые спинки.

Катится колючий ежик.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ЁЖИК»

Ф-ф-ф-ф-ф-ф-ф, ежик, ежик.

Не увидишь у него ножек, ножек.

Иглы колются его колко, колко.

Будто круглая бежит елка, елка.

5. МУЗЫКАЛЬНАЯ ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ИГРА ПРО ЖИВОТНЫХ (ЛЮБАЯ)

6. ЧИСТОГОВОРКА С МАССАЖЕМ «КЕНГУРУ»

Ру-ру-ру! Массаж точки на груди

Рано-рано поутру –

Ру-ру-ру! Массаж точек над бровями

Прискакал к нам кенгуру.

Ра-ра-ра! Массаж точек возле крыльев носа.

Закричал: «Вставать пора!»

Ра-ра-ра! Щиплют щечки

Начинается игра!

Ри-ри-ри!

Будем прыгать, 1-2-3! Дергают мочки ушей.

Ры-ры-ры!

Нет счастливей детворы! Хлопки в ладоши.

7. ГИМНАСТИКА «ОБЕЗЬЯНЫ»

1. (На развитие мимико-артикуляторных мышц.) Челюсти сжаты. Попеременно поднимать углы рта с закрыванием соответствующего глаза. Вдыхать носом, выдыхать ртом, сквозь зубы активной стороны.

2. (На стимуляцию движения нижней челюсти.) И.п. – рот открыт. Двигать челюстью вправо, затем возвратить в и.п.; выдвинуть челюсть вперед, возвратить в и.п.; двигать челюстью влево, возвратить в и.п.

3. «Катушка» (на укрепление мышц языка, выработку подъема спинки и корня языка, развитие их подвижности). Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упереть в бугорки за нижними зубами, спинку языка выгнуть, язык «выкатить» вперед и убрать в глубь рта. Стараться, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижными, кончик языка не отрывался от альвеол.

8. ИГРА «ЗООПАРК»

Дети выбирают каждый себе роль животного и садятся в «клетку» (обруч). Педагог ходит между «клетками» и спрашивает: «Какой зверь живет в этой клетке?». Дети движениями, мимикой, звукоподражанием показывают, кого они изображают.

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 13.

«В ДОМЕ МОЕМ»

(семья)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ДИНАМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «МЫ НА ЛЫЖАХ В ЛЕС ИДЕМ»

Мы на лыжах в лес идем, Дети машут руками, словно работают лыжами и палками

Мы взбираемся на холм.

Палки нам идти помогут,

Будет легкой нам дорога.

Вдруг поднялся сильный ветер, Вращение туловищем вправо и влево

Он деревья крутит, вертит
И среди ветвей шумит.
Снег летит, летит, летит.
По дорожке, по дорожке Подскоки на правой ноге
Скачем мы на правой ножке
И по этой же дорожке Подскоки на левой ноге.
Скачем мы на левой ножке.
По тропинке побежим, Бег на месте.
До лужайки добежим.
На лужайке, на лужайке
Мы попрыгаем, как зайки. Прыжки на месте на обеих ногах
Вверх потянулись,
Всем улыбнулись.

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «СЕМЬЯ»

Папа, мама, брат и я — Дети правой рукой загибают на левой руке по одному пальчику, начиная с большого.
Вместе дружная семья. Показывают крепко сжатый кулачок левой руки.
Раз, два, три, четыре, Левой рукой загибают на правой по одному пальчику, начиная с большого.
Все живем в одной квартире. Показывают крепко сжатый кулачок правой руки.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «ДОБРОЕ УТРО!»

Доброе утро! Поворачиваются друг к другу.
Улыбнись скорее! Разводят руки в стороны
И сегодня весь день Хлопают в ладоши
Будет веселее.
Мы погладим лобик, Выполняют движения по тексту.
Носик
И щечки.
Будем мы красивыми, Постепенно поднимают руки ↑, выполняя «фонарики»
Как в саду цветочки!
Разотрем ладошки Движения по тексту
Сильнее, сильнее!
А теперь похлопаем
Смелее, смелее!
Ушки мы теперь потрем Разводят руки в стороны
И здоровье сбережем.
Улыбнемся снова,
Будьте все здоровы!

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «МЫ В ГОРОДЕ РОДИЛИСЬ»

Мы в городе родились
И на славу удались:
Ножки, будто калачи.
Щечки, будто кумачи.
В ручках – прянички,
В щечках – яблочки.
Глазки – звездочки,
Губки – розочки.

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

7. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ-ТАНЕЦ «СЕМЕЙНЫЙ ВАЛЬС»

Назад повернуться Каждый из партнеров поворачивается назад так, чтобы увидеть лицо сзади стоящего, улыбнуться ему и сделать четыре хлопка в ладоши.

И к паре своей, Повернуться обратно к своему партнеру, улыбнуться и сделать четыре хлопка.

И всем улыбнуться, Снова повернуться назад, к своей паре.

Чтоб быть веселей.

Качаем, качаем Каждая пара соединяет обе руки, — ноги слегка

Руками быстрее, расставлены – и выполняют четыре качания, начиная движение сначала в круг, из круга и т.д.

За юбочки взялись, Девочки обеими руками берутся за юбочки и по

Беги поскорей. часовой стрелке перебегают вперед к следующей паре.

Мальчики остаются стоять на месте.

8. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 14.

«НОВОСЕЛЬЕ»

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ «ТЕРЕМОК»

Стоит в поле теремок, теремок. Дети поднимают руки над головой.

Кончики пальцев лев.руки соединяют с кончиками пальцев прав. – это «крыша».

Он не низок, не высок, не высок. Приседают – «низок», встают – «высок».

На двери висит замок, да замок. Сцепляют пальцы рук в «замок» так сильно,

Кто бы тот замок нам открыть помог? чтобы пальцы покраснели.

Слева зайка, справа мишка. Кивают головой по одному разу влево-вправо

— Отодвиньте-ка задвижку! Тянут руки в разные стороны, но пальцы оставляют в замке – «крепкий замок».

Слева ежик, справа волк. Кивают головой по одному разу влево-вправо

— Нажимай-ка на замок! Сильнее сжимают пальцы

Зайка, мишка, ежик, волк

Открывают теремок, теремок. «Открывают замок» — разводят руки в разные стороны.

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «НАША КВАРТИРА»

В нашей комнате – столовой –

Есть отличный СТОЛ ДУБОВЫЙ, На каждое название предмета мебели дети

СТУЛЬЯ – спинки все резные, загибают по одному пальчику. К концу ст-я

Ножки гнутые, витые. должны быть загнуты все десять пальцев.

И ореховый БУФЕТ

Для варенья и конфет.

В комнате для взрослых – спальне –

Есть для платьев ШКАФ ЗЕРКАЛЬНЫЙ,

Две ШИРОКИЕ КРОВАТИ

С одеялами на вате

И березовый КОМОД,

Мама там белье берет.

А в гостиной КРЕСЛА есть,

Телевизор смотрят здесь.

Есть ДИВАН и СТОЛ журнальный,

В СТЕНКЕ – центр музыкальный.

4. КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «УЛЫБНУТЬСЯ НЕ ЗАБУДЬ»

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «СТУЛ»

Это стул. Сиденье, спинка, К прямой прав.ладони присоединяют согнутую левую, чтобы получился «стульчик».

А на спинке две картинки, Показывают два пальчика на правой руке.

А еще четыре ножки, показывают по два пальчика на обеих руках
Чтоб сидеть под стулом кошке. Приседают, делают из ладошек «ушки».

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ПЕСНЯ «НОЧЬ ПРОШЛА»

Ночь прошла, прошла,
Темноту увела.
Замолчал сверчок,
Закричал петушок.
Встала маменька,
Открыла ставеньку.
Здравствуй,
Солнышко-колоколнышко!

7. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА (НА ВЫБОР ПЕДАГОГА)

8. КОММУНИКАТИВНЫЙ ТАНЕЦ-ИГРА «ВЕСЕЛЫЕ ДЕТИ»

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 15

«ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА»

(23 февраля)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. «САМОЛЕТ» УПРАЖНЕНИЕ НА КООРДИНАЦИЮ РЕЧИ И ДВИЖЕНИЯ

Ну-ка, летчики-пилоты, Дети стоят прямо, руки по швам.

Приготовились к полету.

К самолету подошли Маршируют

И по трапу вверх взошли.

Начинается полет, Приседают на одно колено, расставив руки в стороны («самолет»)

Загудел наш самолет. Гудят: «У-у-у...»

Вверх поднялся, полетел. Встают на ноги.

Летчик вправо посмотрел, Поворачивают головы вправо, влево

Летчик влево посмотрел.

Быстро полетел вперед Бегут по кругу на носках.

Наш почтовый самолет.

(Дети «улетают на самолете»)

3. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «САЛЮТ»

4. ПЕСНЯ «ГИМН ФЕВРАЛЮ»

В феврале метель метет,

Вьюга завывает.

Непогода каждый год

В феврале бывает.

Но летают над страной

В небе самолеты.

Отмечают праздник свой

Смелые пилоты.

5. «АЗБУКА МОРЗЕ. РАДИСТ» ИГРА НА РАЗВИТИЕ РИТМА

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ИГРА «БАРАБАНЩИК» («БАРАБАН»)

Барабанщик очень занят –

Д-д, д-д-д.

Барабанщик барабанит:

Д-д, д-д-д.

Бей, руками помогай:

Д-д, д-д-д.

Ритм ногами отбивай:

Д-д, д-д-д.

Учись играть на барабане:

Д-д, д-д-д.

Твой язык послушным станет:

Д-д, д-д-д.

Язык, кверху поднимайся:

Д-д, д-д-д.

Смотри – с ритма не сбивайся:

Д-д, д-д-д.

7. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «АТЫ-БАТЫ»

Аты-баты, Дети имитируют пальцами строевой шаг солдат, обе руки
Шли солдаты подняты.

Аты-баты: Лев.рука наверху, прав.опущена, ладони сжимаются и
— Что купили? разжимаются. То же движение лев.рукой.

Аты-баты: правой рукой

— Самовар.

Аты-баты: левой рукой

— Сколько стоит?

Аты-баты:

— Сто рублей.

8. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ИГРА «ОЛОВЯННЫЙ СОЛДАТИК»

Вед. задает вопрос: «Кто в игрушках самый главный?»

Я, солдатик оловянный! Отвечая, дети указывают на себя указ.пальцем и

Я не плачу, не горюю, встают по стойке «смирно», изображая солдатика. Днем и ночью марширую. Затем маршируют, не выходя из образа.

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИИ

ЗАНЯТИЕ 16

«КРАЙ РОДНОЙ»

(Россия. Наш край)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. ДИНАМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «МЫ НА ЛЫЖАХ В ЛЕС ИДЕМ»

Мы на лыжах в лес идем, Дети машут руками, словно работают
лыж.палками

Мы взбираемся на холм.

Палки нам идти помогут,

Будет легкой нам дорога.

Вдруг поднялся сильный ветер, Вращение туловищем вправо и влево

Он деревья крутит, вертит

И среди ветвей шумит.

Снег летит, летит, летит.

По дорожке, по дорожке Подскоки на правой ноге

Скачем мы на правой ножке

И по этой же дорожке Подскоки на левой ноге.

Скачем мы на левой ножке.

По тропинке побежим, Бег на месте.

До лужайки добежим.

На лужайке, на лужайке

Мы попрыгаем, как зайки. Прыжки на месте на обеих ногах

Вверх потянулись,

Всем улыбнулись.

3. ФОНОПЕДИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ГЛОБУС»

4. ПЕСНЯ «РОДНОЙ КРАЙ»

Шелесты листвы,
Говор ручейка,
Яркий блеск травы,
Жаркий блеск песка.
Хоть к луне слетай,
Облети весь свет –
Краше, чем мой край,
В целом мире нет.
Тихий плеск волны,
Запахи цветов,
Жаркие лучи
Солнечных гонцов.
Где бы ни был я,
Перед ним в долгу.
Свой родимый край
В сердце берегу.

5. ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ЗДРАВСТВУЙ!»

Здравствуй, солнце золотое! Дети пальцами прав.руки по очереди
Здравствуй, небо голубое! «здороваются» с пальцами лев.руки, похлопывая
Здравствуй, вольный ветерок! друг друга кончиками, начиная с больших пальцев
Здравствуй, маленький дубок!
Мы живем в одном краю –
Всех я вас приветствую! Переплетают пальцы «замочком» и
поднимают руки над головой

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА (НА ВЫБОР ПЕДАГОГА)

7. ХОРОВОД «БЕРЕЗА» КООРДИНАЦИЯ РЕЧИ С ДВИЖЕНИЕМ, РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ.

Береза моя, березонька. Дети идут хороводом, взявшись за руки
Береза моя белая, Меняют направления движения
Береза кудрявая.
Стоишь ты березонька, Встали, подъем рук ↑, вдох
Посредь долинушки, Опустили руки, выдох
На тебе, березонька, Подъем рук, вдох.
Листья зеленые, Опустили руки, выдох.
Под тобой, березонька, Подъем рук, вдох
Трава шелковая. Опустили руки, выдох.

8. КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «ЗДРАВСТВУЙ, ДРУГ!»

Зашагали ножки Дети врассыпную маршируют по залу, к концу
Прямо по дорожке, куплета встают в пары
Повстречали друга
Маленькие ножки.

Припев:

Здравствуй, здравствуй, Взявшись за руки выполняют «пружинку»
Здравствуй, милый друг! Пожимают друг другу руки.
Здравствуй, здравствуй, Делают пружинку, взявшись за руки
Посмотри вокруг! Разводят руки в стороны.
Здравствуй, здравствуй, Делают пружинку.
Мне ты улыбнись! Улыбаются, качая головой вправо-влево.
Здравствуй, здравствуй, Делают пружинку
Головкой поклонись! Кланяются друг другу.
Побежали ножки Бегут на носках врассыпную.

Прямо по дорожке,
Повстречали друга
Маленькие ножки. К концу запева находят себе другую пару
Припев: Повторяют движения
Поскакали ножки Поскоками двигаются по залу врассыпную, Прямо по дорожке встав в
пару в конце куплета с новым товарищем.
Повстречали друга
Маленькие ножки.
Припев: Повторяют движения.
9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ.

ЗАНЯТИЕ 17

«КАК ЗАЙЧОНОК МАМУ ИСКАЛ»

(8 марта)

- 1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ**
- 2. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ-ИГРА «ХОДЬБА НА НОСКАХ И ПЯТКАХ»**

Маме надо отдыхать, Дети держась за руки, покачиваются из стороны в
Маме хочется поспать. сторону.

Я на цыпочках хожу, Идут на носочках к маме (педагог – в центре круга) и Маму я не
разбужу. обратно.

ПРОИГРЫШ: ходьба на носках по всему залу в разных направлениях.

Тук-тук, тук-тук, Идут, громко топая пятками.

Тук, тук, тук, Сходятся все у стула, где спит мама

Раздается пяток стук.

Мои пяточки идут, Мама просыпается и шутливо догоняет детей

Прямо к мамочке ведут.

- 2. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ЧИТОГОВОРКА «ОБИДЕЛАСЬ МАМА»**

Ама-ама-ама — «скользят» ладонями друг о друга.

Обиделась на меня мама.

Аме-ама-ама — «Протягивают ладони вперед и прижим. их к груди

Как подойти мне к маме?

Ома-ома-ома — Шлепают ладонями по коленям

Сидит мама дома.

Ме-ме-ме Водят указательным пальцем из стороны в сторону

Не подходит ко мне.

- 3. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «МАМОЧКА»**

Мамочка, мамуля, Идут по кругу, взявшись за руки.

Как тебя люблю я. Останавливаются, прижимают руки к груди.

Я платок тебе дарю, Протягивают руки вперед

Вот как я тебя люблю. Идут по кругу, взявшись за руки.

- 4. ПЕСНЯ «НОЧЬ ПРОШЛА»**

Ночь прошла, прошла,

Темноту увела.

Замолчал сверчок,

Закричал петушок.

Встала маменька,

Открыла ставеньку.

Здравствуй,

Солнышко - колоколнышко!

- 5. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ИГРА «С ЛЮБОВЬЮ К МАМЕ»**

В центре круга взрослый («мама спит»)
Мама спит. Она устала, Стоя в кругу на месте, дети поют речитатив.
Ну и я играть не стала.
Маме надо отдыхать, Дети поют и идут «на цыпочках», сужая круг, к маме.
Маме хочется поспать. Отходят от нее, расширяя круг.
Я на цыпочках хожу, Сужают круг.
Маму я не разбужу. Расширяют круг.
Во время муз. ПРОИГРЫША дети тихо идут на «цыпочках», чтобы не разбудить маму,
по всему залу в разных направлениях. В конце проигрыша останавливаются.
Тук-тук, тук-тук, Дети громко поют и топают..
Тук, тук, тук,
Раздается пяток стук.
Мои пяточки идут, Дети выполняют топающий шаг, подходя к стулу,
Прямо к мамочке ведут. на котором спит «мама » — «будят ее».
С окончанием песенки «мама просыпается» — встает и обнимает детей со словами: «Где
мои ребятки? Где мои цыплятки (котятки)?»

6. КОММУНИКАТИВНЫЙ ТАНЕЦ-ИГРА «ПЕРЕКРЕСТНЫЙ ТАНЕЦ»

7. КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «ПИРОЖКИ»

Испекли мы пирожки Дети стоят в кругу и «лепят» пирожки
С разною начинкой:
С капустой пирог, Дети передают «пирожок» друг другу в руки, называя
С морковкой пирог, начинку, стараясь не повторяться.
Со свеклой пирог...
И т.д.

8. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИ

ЗАНЯТИЕ 18

«О ЧЕМ ПЛАЧЕТ СОСУЛЬКА»

(Весна)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. «КЛЕН» УПРАЖНЕНИЕ НА КООРДИНАЦИЮ РЕЧИ С ДВИЖЕНИЕМ, РАЗВИТИЕ ОБЩИХ РЕЧЕВЫХ НАВЫКОВ

За окном сосулька тает, Дети стоят лицом в круг. 4 прыжка на носочках, руки на поясе
Ветер тучи рвет в клочки. Руки ↑; наклоны туловища влево-вправо 2 раза
Разжимает, разжимает Руки перед грудью, локти опущены вниз;
Клен тугие кулачки медленно разжимают кулачки
Прислонился он к окошку 4 прыжка
И, едва растает снег, Наклоны
Мне зеленую ладошку Поворачиваются лицом друг к другу,
Клен протянет раньше всех. протягивают друг другу правые ручки –
Рукопожатие.

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ВЕСЕЛЫЙ ХУДОЖНИК»

Веселый художник Плавные движения кистями рук вверх-вниз
Веселою краской
В лесу на полянке
Цветочки раскрасил.
Белой – ромашку, Загибают пальцы на правой руке по одному.
Розовой – кашку,
Фиалку – лиловой,
А клевер – бордовой.
Краскою синей – красивый цветок,

Мой самый любимый резной василек. «Фонарики»

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ГОЛОСА ВЬЮГИ»

Активно и сильно произносить «В-в-ы!», «З-з-ы!»

Недаром вьюга злится.

«В-в-ы!», «З-з-ы!», «В-в-ы!»

Прошла ее пора.

«В-в-ы!», «З-з-ы!», «В-в-ы!»

Весна в окно стучится:

«Динь! Динь! Динь!» Коротко и активно в разных регистрах

И гонит со двора:

«У-у-у-ух!» Глиссандо вверх.

5. ПЕСНЯ «ТРАВКА-МУРАВКА»

Травка-муравка со сна поднялась.

Птица-синица за зерно взялась.

Зайки – за капустку, мышки – за корку,

Детки – за молоко.

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА «БЕЛКА ШИШКУ ГРЫЗЕТ»

1. Губы вытянуть вперед, не закрывая зубы. Удерживать их в таком положении 5-10с. Упражнение вырабатывает движение губ вперед, укрепляет мышцы губ, развивает их подвижность.

2. Улыбнуться, открывая зубы. Удерживать губы в таком положении 5-10с. Упражнение вырабатывает умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы, укрепляет мышцы губ, способствует их подвижности.

3. Рот закрыть. Надавить языком на внутреннюю сторону щеки так, чтобы появился «орешек» за щекой. Упражнение развивает произвольные движения языка, укрепляет мускулатуру языка и щек.

7. КОММУНИКАТИВНЫЙ ТАНЕЦ-ИГРА «ПЕРЕКРЕСТНЫЙ ТАНЕЦ»

8. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 19

«ПЕТУШОК И ЕГО СЕМЬЯ»

1 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ

Педагог: Отгадайте, ребятки, кто к нам в гости пришел? (Загадывает загадку С. Еремеева.)

Это кто прогнал тоску — Закричал «кукареку»,

Гордо вскинув гребешок?

Это — белый ... (петушок).

Педагог показывает игрушку-петушка.

Русская народная потешка «Петушок» (М.Приходкина)

Дети

Ку-ка-ре-ку! Ку-ка-ре-ку! Кукарекают, «помахивая крыльями».

На суку сижу, Приседают на одно колено, поворачивают голову то в одну сторону, то в другую.

Во все стороны гляжу.

Посмотрите, какой петушок красивый.

Гордо носит гребешок

Раскрасавец-петушок.

Вместе с солнышком встает,

По утрам его зовет.

2 ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ Двигательные упражнения «Петушиная семья»

(Русская народная потешка)

Петушок:

Вот идет петушок, Ходят с высоким подъемом ноги,

Клю-клю, клю-клю!
А цыпляточек позвали —
Всем цыпьятам крошки дали:
Клю-клю-клю-клю, *шестнадцатые.*
Клю-клю-клю-клю!
Клю-клю-клю-клю,
Клю-клю-клю-клю!

Логопед: За курочками прибежали цыплята.

5 УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЧУВСТВА РИТМА И ТЕМПА

«Цыплята» (М.Ю. Картушина)

Цыпы по двору гуляли, *Дети, глядя на ритмо-схему,*
Цыпы зернышки искали. *стучат указательными пальца-*
Клю-клю, клю-клю — *ми по коленям («клюют») мед-*
Так я зернышки клюю. *ленно, четвертными длительнос-*
тями.

Вышла Маша на дорожку, *Отстукивают ритм восьмьюми.*
Накрошила цыпам крошки.
Клю-клю-клю-клю, клю-клю-клю
— Быстро зернышки клюю.

Цыпьятки поклевали зернышек, пощипали травки и устроились у мамы-курицы под крылом.

Желтые цыпьятки, *Славные*
ребятки *Спят у мамы под крылом, Так*
уютно в доме том.

(М. Дружинина)

Но вот во дворе появилась кошка. Она стала ждать, когда же цыплята опять выйдут погулять. Что кошка хочет сделать с цыпьятками?

Ответы детей.

6. ИГРА «Курочка, цыплята и кошка»

Педагог:

Вышла курочка-хохлатка, *Воспитатель-«курочка» и дети-*
С нею желтые цыпьятки. *«цыплята» ходят по залу. В*
Квохчет курочка: «Ко-ко! *стороне сидит «кошка».*

Не ходите далеко!» *На скамейке у*

дорожки Улеглась и дремлет кошка.

Кошка глазки открывает *«Кошка» догоняет «цыпьят».*

И цыпьяток догоняет! *Малыши прячутся за маму-«ку-*

(А. Ануфриева) рщу».

Не дала мама-курочка своих цыпьят в обиду, прогнала кошку. Заплясали на радостях и цыплята, и курицы, и петушки.

7. ЛОГОРИТМИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ «Брысь, кот!»

Дети

Пляшут куры, петухи *Бегут врассыпную, слегка по-*

И цыпьяточки-пушки*. *махивая руками.*

Припев:

Брысь, кот, уходи! *Топают ногой и грозят паль-*

К нам во двор не заходи! *цем.*

Закружились все подряд, *Кружатся, взмахивая руками.*

Стали крыльями махать.

Припев. Движения те же.

Педагог: На птичьем дворе появился еще один храбрец — гусь.

8. ИГРА ДЛЯ РАЗВИТИЯ РИТМА «Кто как ходит»

Дети отстукивают на палочках по ритмо-схеме шаги: индюк — половинные длительности; коза — восьмые; свинья — четвертные; цыпленок — шестнадцатые.

Педагог:

Появился тут цыпленок,

Был он смелым, как орленок.

— С кем, друзья, стряслась беда?

Ну-ка, гусь, иди сюда! —

Как за лапу гуся хватать,

Как давай его клевать!

Гусь от страха задрожал

И за реку убежал...

Кто был на самом деле храбрецом? *Ответы детей.*

А как поступал гусь — хорошо или плохо? Почему? Обрадовались коза, свинья и индюк, что у них появился такой защитник.

Вот играют на гармошке Петушок да курица.

Под веселую кадрили Отплясывает улица.

(Т. Коту)

9. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 20

« МУХА – ЦОКОТУХА »

(по мотивам сказки К. Чуковского)

1. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ

Педагог: Жила-была Муха-Цокотуха. Отправилась она однажды погулять.

2. ДИНАМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Муха-Цокотуха» (на внимание) (авторская разработка)

Педагог:

Я — Муха-Цокотуха,
Позолоченное брюхо —

Врассыпную бегают по залу, слегка помахивая руками-«крыльями».

Полетела на лужок,
Прогуляться на часок.

На ромашке посидела,

Дальше полетела.

Сначала педагог поднимает вверх ромашку, дети приседают на одно колено, затем звучит текст.

На гвоздике посидела,
Дальше полетела.
На лютике посидела,

Ребята опять двигаются врассыпную по залу. Игра повторяется, только педагог показывает гвоздику и лютик.

Дальше полетела.

Присела Муха на лепесток лютика отдохнуть, подняла глаза вверх, смотрит на облака.

3. ГИМНАСТИКА «Облака»

Педагог.

По небу плыли облака,

А я на них смотрел.

И два похожих облачка

Найти я захотел.

Дети, сидя на стульях, наблюдают за воображаемыми облаками с выражением внимания и интереса на лице: лицевые мышцы слегка напряжены, глаза прищурены.

Я долго всматривался ввысь
И даже щурил глаз.
А что увидел я. то вам
Все расскажу сейчас.
Вот облачко веселое
Смеется надо мной:

Педагог показывает смеющееся облачко. Дети расслабляют мышцы лица и улыбаются.

— Зачем ты щуришь глазки так?
Какой же ты смешной! —
Я тоже посмеялся с ним:
— Мне весело с тобой! —
И долго-долго облачку

Ребята прощально машут рукой.

Махал я вслед рукой.

А вот другое облачко —

Расстроилось всерьез:

Его от мамы ветерок

Вдруг далеко унес.

Педагог показывает плачущее облако. Дети передают плач: уголки рта опускают вниз, морщат лоб и нос, слегка прищуривают глаза.

И каплями-дождинками
Расплакалось оно...
И стало грустно-грустно так,
А вовсе не смешно.

(Н. Екимова)

Уплыли далеко облака, и Муха отправилась дальше.

Муха по полю пошла,
Муха денежку нашла.

Встретила Муха бурундучка, поделилась с ним своей радостью.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Бурундук»

Педагог.

Щечка, щечка —
Два мешочка,

Поглаживать лоб, щеки, крылья носа от центра к вискам.

Три-четыре корешочка,

Надавить пальцами на переносицу, середину бровей, делая вращательные движения по часовой, затем против часовой стрелки.

Пять брусничек,

С усилием, надавливая, провести указательными пальцами по бровям.

Шесть морошек,

Закрывать глаза и мягко погладить веки.

Семь букашек,

Надавливая на крылья носа, провести пальцами от переносицы к носовым пазухам.

Восемь мошек...

Лапкой в щечку —

Похлопать ладонями по щекам.

Стук, стук: —

На здоровье,
Вытянуть ладони вперед и покачать головой.
Бурундук.

(М. Яснов)

Пошла Муха на базар Покупать самовар. На базар торопятся разные животные, птицы и насекомые. Каждому что-то надо купить.

5. КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ

1. Упражнение «Журавль». Стоя на месте, поочередно поднимать и опускать согнутые в коленях ноги, делая плавные взмахи руками и произнося: «Гу-у-у!..»
2. Упражнение «Бабочка». Повороты корпуса вправо-влево, грациозно поднимая и опуская руки и произнося: «Ф! Ф!»
3. Упражнение «Птичка». Наклон вперед с отведением рук назад, произнося: «Свирь!»
4. Упражнение «Суслик». Приседания, прижимая к груди согнутые в локтях руки и резко произнося звук «х».
5. Упражнение «Кузнечик». Прыжки (ноги в стороны — ноги вместе, на двух ногах, с ноги на ногу), произнося «цык!», в чередовании с ходьбой.

Педагог. Стала Муха гостей на день рождения приглашать.

Приходите, тараканы,
Я вас чаем угощу.

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Педагог.

Тараканы прибежали,
Бег с закидыванием ног назад.
Все стаканы выпивали.
А букашки —
Ходьба на носках.
По три чашки.
Приходили к Мухе блошки.
Топаящий шаг.
Приносили ей сапожки.
Приходила к Мухе
Ходьба на пятках.
Бабушка пчела,
Мухе-Цокотухе
Меду принесла.
Всех Муха угощает:
— Бабочка-красавица, кушайте варенье,
Или вам не нравится наше угощенье?

А гости угощаются, хозяйку нахваливают.

7. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

1) Упражнение «Чашечка»

Язык широкий положи,
А края приподними.
Получилась чашка,
Кругленькая чашка.
Чашку в рот мы занесем,
Ее бока к зубам прижмем.

(Т. Буденная)

2) Упражнение «Пирожок»

Я хотел устроить бал
И гостей к себе позвал.
Взял муку и взял творог,
Испек рассыпчатый пирог.

3) Упражнение «Болтушка»

Чаю в чашки наливаем,
Ложкой сахар разболтаем.

(М. Каргушина)

Ребята, но что же это на празднике случилось?
Вдруг какой-то старичок Паучок
Нашу Муху в уголок поволок —
Хочет бедную убить,
Цокотуху погубить!

8. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ РЕЧИ С ДВИЖЕНИЕМ

Хором.

Ук-ук-ук — появился вдруг Паук.

Сжимать и разжимать пальцы.

Ка-ка-ка — все боятся Паука.

Потереть ладони друг о друга.

Ок-ок-ок — Паук Муху поволок.

Скользящие движения ладоней друг о друга.

Ка-ка-ка — прогоните Паука.

Шлепки ладонями по коленям.

Логопед.

Бедная Муха зовет на помощь:

— Дорогие гости, помогите!

Паука-злодея зарубите!

Но жуки-червяки испугались,

По углам, по щелям разбежались.

9. ПОДВИЖНАЯ ИГРА

«Спрячься от паука!»

6. Дети бегают по залу в произвольном направлении под звучание быстрой музыки. Со сменой темпа ребята замирают в любой позе. Нельзя только вытягивать вперед обе руки (а то «паук» может утащить к себе). «Паук» ходит между детей и забирает пошевелившихся в свой дом.

1. Педагог.

И никто даже с места

Не сдвинется:

Умирай-погибай,

Именинница.

Вдруг откуда-то летит

Маленький Комарик,

И в руке его горит

Маленький фонарик.

Давайте, ребята, мы тоже зажжем свои фонарики.

10. КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА

«Фонарик»

4. Дети встают в круг и «зажигают фонарики», по очереди прикасаясь ладошкой к ладошке соседа и произнося при этом громко звук «з». Надо стараться, чтобы движение было равномерным, без запинок, остановок.

Логопед. Только храбрый Комарик пришел на помощь Мухе.

Подлетает к Пауку,

Саблю вынимает

И ему на всем скаку

Голову срубает!

Тут букашки и козявки

Выползают из-под лавки:

«Слава, слава Комару — Победителю!»

Эй, сороконожки,

Бегите по дорожке,

Зовите музыкантов,

Будем танцевать!

11. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

Занятие 21

«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЦВЕТОВ»

1 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ

- Посмотрите, ребята, какой красивый букет цветов прислала нам Фея из волшебной страны. Сегодня мы с Вами отправимся в путешествие в страну цветов, где увидим много интересного и необычного. Итак, в путь!

(звучит фонограмма «Вальс цветов» П. И. Чайковского; дети свободно импровизируют под музыку. По окончании музыки дети становятся в круг) .

2. ДИНАМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Хором:

- Мы идём: - та-та-та (обычная ходьба)

- Мы поём: - ля-ля-ля (ходьба на носках)

- Мы едем: - ту-ту-ту (ходьба на всей стопе, руки согнуты в локтях «паровоз»)

- Мы кричим: ау-ау! (стоя на месте, говорят, приложив руки рупором ко рту).

- Вот мы и оказались на цветочной поляне. Закройте глаза, представьте себе необычные красивые цветы. А какой запах, аромат они издают! (повтор 2 раза) .

3. ДЫХАТЕЛЬНОЕ УПРАЖНЕНИЕ «АРОМАТ ЦВЕТОВ»

Дети через нос делают спокойный вдох, задерживают дыхание и продолжительно выдыхают, произнося: «А-ах»! (повторить 2-3 раза) .

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ (на координацию речи и движения) .

- Присядем на пенёчки, отдохнём немножко (на корточках) .

Хором: - раз, два, три – выросли цветы (дети медленно встают из положения сидя).

- К солнцу потянулись высоко, высоко! (поднять руки вверх, потянуться)

- Цветам тепло и хорошо! (обмахивать лицо руками).

Логопед: - На цветы прилетела пчела. Что она делает? Правильно, пчела собирает сладкий цветочный сок – нектар.

5. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ПЧЕЛА»

- Ла-ла-ла – на цветке сидит пчела (провести пальцами обеих рук по лбу от середины к вискам, повторить) - 7 раз.

- Ул-ул-ул – ветерок подул (провести пальцами по щекам сверху вниз) - 7 раз

- Ала-ала-ала – пчёлка крыльями махала (кулачками энергично провести по крыльям носа) – 7 раз.

- Ила-ила-ила – пчёлка мёд носила (растереть лоб ладонями, приставленными к нему козырькам) – 7 раз.

- Ай-да молодцы! А теперь поиграем:

- На полянку мы идём и цветы соберём! Колокольчики, ромашки, незабудки, васильки. Босиком и без рубашки ходим мы, плетём венки (импровизированные движения в соответствии с текстом) .

Логопед: - В хоровод друзья вставайте, дружно песню запевайте!

6. ХОРОВОД «ВЕНОЧЕК»

- венгерская народная песня (сборник «Музыкальные игры и пляски в детском саду»).

Детям надевают на головы шапочки цветов (кашка белая, роза алая, лютик желтенький, синий василек) . Дети выполняют движения по тексту хороводной песни, садятся на места.

- Посмотрите, кто это прилетел? Пчёлка и оса сели на цветок, пьют они душистый сок.

7. ПОДВИЖНАЯ ИГРА «СОБЕРИ БУКЕТ»

Цветы разложены на полу по залу. Дети свободно импровизируют под музыку. С окончанием музыки дети собирают букеты цветов «Кто соберёт букет красивее и быстрее? ».

- Вот мы поиграли и немного устали. А теперь мы отдохнём, наши пальчики займём.

8. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «ЦВЕТОК».

- У нас в саду расцвёл цветок.

Чтоб стал красив он и высок,
раскрыл наутро лепестки,
должны работать корешки.

(из кулачков выпрямляем пальцы, соединяем основания ладоней, делаем «бутон», пальцы вместе чуть согнуты, поочередно и одновременно раскрываем пальцы от мизинца до большого, образуя «чашечку», опускаем кисти рук вниз, шевелим всеми пальцами) .

- Наше путешествие в страну цветов завершается. Вам было приятно и интересно в цветочной стране? Давайте же будем беречь цветы, любоваться ими, охранять наш мир природы.

9. РЕЛАКСАЦИЯ

(звучит фонограмма «Вальс цветов» П. И. Чайковского, дети свободно импровизируют под музыку и покидают музыкальный зал)

ЗАНЯТИЕ 22

«НА ПАРАД ИДУТ СОЛДАТЫ»

(День Победы)

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. «САМОЛЕТ» УПРАЖНЕНИЕ НА КООРДИНАЦИЮ РЕЧИ И ДВИЖЕНИЯ

Ну-ка, летчики-пилоты, Дети стоят прямо, руки по швам.

Приготовились к полету.

К самолету подошли Маршируют

И по трапу вверх взошли.

Начинается полет, Приседают на одно колено, расставив руки в стороны («самолет»)

Загудел наш самолет. Гудят: «У-у-у...»

Вверх поднялся, полетел. Встают на ноги.

Летчик вправо посмотрел, Поворачивают головы вправо, влево

Летчик влево посмотрел.

Быстро полетел вперед Бегут по кругу на носках.

Наш почтовый самолет.

(Дети «улетают на самолете»)

3. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «АТЫ-БАТЫ»

Аты-баты, Дети имитируют пальцами строевой шаг солдат, обе руки

Шли солдаты подняты.

Аты-баты: Лев.рука наверху, прав.опущена, ладони сжимаются и

— Что купили? разжимаются. То же движение лев.рукой.

Аты-баты: правой рукой

— Самовар.

Аты-баты: левой рукой

— Сколько стоит?

Аты-баты:

— Сто рублей.

4. ЛОГОРИТМИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ «САЛЮТ»

5. ИГРА НА РАЗВИТИЕ РИТМА «АЗБУКА МОРЗЕ. РАДИСТ»

6. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА «ПАРАД»

1. Округлить губы, как при звуке [о], и сделать длительный выдох, зафиксировав кончик языка у нижних резцов.

2. Зафиксировать кончик языка у верхних резцов, широко открыть рот, как при звуке [а], и сделать длительный выдох.

3. Сжать губы, надуть щеки, удерживать воздух 2-3с. И выпустить через губы, произнося «Пу-у-у...»

7. ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ИГРА «БАРАБАНИЩИК» («БАРАБАН»)

Барабанщик очень занят –

Д-д, д-д-д.

Барабанщик барабанит:

Д-д, д-д-д.

Бей, руками помогай:

Д-д, д-д-д.

Ритм ногами отбивай:

Д-д, д-д-д.

Учись играть на барабане:

Д-д, д-д-д.

Твой язык послушным станет:

Д-д, д-д-д.

Язык, кверху поднимайся:

Д-д, д-д-д.

Смотри – с ритма не сбивайся:

Д-д, д-д-д.

8. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

ЗАНЯТИЕ 23

«ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО»

1. ХОДЬБА И МАРШИРОВКА В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ

2. «РАЗ-ДВА» УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ

Дети выполняют движения, соответствующие тексту.

Раз – два! Наклонись,

На носочки поднимись,

Приседай,

И вставай,

И головкой покачай,

Руку правую свою

Вверх скорее подними.

Ну а левую рукою

На себя ты помаши.

На пояс руки ставь скорей

И прыгай, прыгай веселей.

3. «В ШКОЛУ ОСЕНЬЮ ПОЙДУ...» ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

В школу осенью пойду. Дети «шагают» пальчиками по столу.
Там друзей себе найду,
Научусь писать, читать, Загибают по одному пальчику на обеих руках
Быстро, правильно считать.
Я таким ученым буду!
Но свой садик не забуду. Грозят указательным пальчиком правой руки.

4. «БУРАТИНО НА УРОКЕ» ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

Педагог показывает детям буквы

А – арбуз большой купили. Улыбнуться, широко открыть рот. Удерживать
Рот пошире мы открыли. его в таком положении 5-10с.

Б – болтают две болтушки — Рот открыть. Болтать языком вперед-назад по
Неразлучные подружки. верхней губе: «Бл-бл-бл».

В – варенье мы оближем. Рот открыть и улыбнуться.

Язык к носу тянем ближе. Облизать языком верхнюю губу. При этом
стараться «обнять» языком сразу всю губу и
облизать ее, втягивая язык в глубь рта.

Г – грибок на тонкой ножке Широко открыть рот и улыбнуться. Присосать

Показали мы Антошке язык к нёбу и не отрывать его. Тянуть нижнюю
челюсть вниз, растягивая подъязычную связку.

Д – дудела дудочка. Губы вытянуть вперед. Удерживать их в таком

Губки сделай «трубочкой» положении 5-10с.

5. ИГРА «ЭХО»

Педагог спрашивает, дети отвечают с разной интонацией, как эхо.

— Эхо, я тебя зову!

— Ау, ау! Призывно

— Ты уже поело?

— Ело, ело! Утвердительно

— Хочешь булочку мою?

— Чью? Чью? Вопросительно

— Я тебе конфетку дам!

— Ам! Ам! Радостно

— Эхо, ближе подойди!

— Ты иди! Ты иди! Просительно

— А вдруг там болото?

— То-то, то-то! Испуганно

— Ладно, я потом приду!

— Жду! Жду! Успокаивающе.

6. КОММУНИКАТИВНЫЙ ТАНЕЦ-ИГРА «ВЕСЕЛЫЕ ДЕТИ»

7. УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ

**Перспективный план занятий
с детьми старшего дошкольного возраста
(4-7 лет)**

Занятия на степ-платформах

Октябрь – Комплекс № 1.

В хорошо проветренном зале на полу в шахматном порядке разложены степы. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. Ходьба обычная на месте. (Дети должны почувствовать музыку, уловить темп движения, соответственно настроиться).
2. Ходьба на степе.
3. Сделать приставной шаг назад со степа на пол и обратно на степ, с правой ноги, бодро работая руками.
4. Ходьба на степе; руки поочерёдно движутся вперёд, вверх, вперёд, вниз.

Основная часть

1. Шаги со степа на степ. Руки в стороны, руки к плечам, в стороны.
2. Ходьба на степе, руки к плечам, локти отведены в стороны. Круговые движения согнутыми руками вперёд и назад.
3. Ходьба на степе, руки внизу вдоль туловища, плечи вверх, плечи назад, плечи вниз.
4. И.п.: стойка на степе, правая рука на пояс, левая вниз.
1 – шаг правой ногой в сторону со степа; левая рука через сторону вверх;
2 – приставить левую ногу к правой, левую руку вниз;
3 – правую руку вниз, левой ногой встать на степ;
4 – левую руку на пояс, приставить правую ногу к левой;
5 – 8 – то же, что на счёт 1 – 4, но в другую сторону.
5. Подвижная игра «Бубен» (*у кого бубен, тот ловишка, кого поймал, тому отдаёт бубен*):
«Бубен, бубен, долгий нос,
Почём в городе овёс?»
Две копейки с пятаком,
Овса Ваня не купил,
Только лошадь утопил
Бубен, бубен, беги за нами, хватай руками!
6. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.

Ноябрь – Комплекс № 2.

В хорошо проветренном зале на полу вдоль стены расположены степы. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. И.п.: стоя на степе боком, руки опущены. Во время ходьбы на месте поднять обе руки вперёд и вверх; при этом голову приподнять; вернуться в и.п. (5 раз).
2. Шагая на степе, из положения руки за головой разводить их в стороны с поворотом туловища вправо-влево (5 раз).
3. Встать на степах друг за другом («паровозиком»). Сделать шаг со степа назад (вперёд), одновременно опуская и поднимая плечи.
4. Повернуться кругом, повторить то же (по 6 раз).
5. (Всё повторить 3 раза и переставить степы для основной части занятия).

Основная часть

1. И.п.: шаг со степа правой ногой, левая на степе.
1 – поворот туловища направо, правую руку в сторону ладонью кверху;
2 – вернуться в и.п.;
3– 4 – тоже в другую сторону.
2. Стоя на коленях на степе, руки в стороны.
1 – прогибаясь и поворачивая туловище направо, пальцами левой руки коснуться пяток;
2 – и.п.;
3 – 4 – то же в другую сторону.
3. И.п.: сидя, руками держаться за края степа.
1 – 2 – поднять тело и прогнуться;
3 – 4 – вернуться в и.п.
4. И.п.: сидя на степе, ноги врозь, руки согнуты и сплетены перед грудью (пальцами левой руки обхватить правый локоть, а пальцами правой руки – левый локоть).
1 – 3 – три пружинистых наклона вперёд, стараясь коснуться предплечьями пола как можно дальше, ноги в коленях не сгибать;
4 – вернуться в и.п.
5. Подвижная игра «Иголка, нитка и стойкий оловянный солдатик» (игра упражняет детей в равновесии – ведущий – «иголка», все остальные – «нитка», дети бегут змейкой по залу, с окончанием музыки разбегаются на свои степы и стоят на одной ноге – «Стойкий оловянный солдатик»).
6. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.

Декабрь
Подготовка выступления к Новому году.
Январь – Комплекс № 4.

В хорошо проветренном зале на полу в шахматном порядке разложены степы. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. Ходьба обычная на месте. (Дети должны почувствовать музыку, уловить темп движения, соответственно настроиться).
2. Ходьба на степе.
3. Сделать приставной шаг назад со степа на пол и обратно на степ, с правой ноги, бодро работая руками.
4. Приставной шаг назад со степа, вперёд со степа.
5. Ходьба на степе; руки поочерёдно движутся вперёд, вверх, вперёд, вниз.

Основная часть

1. Ходьба на степе. Руки рисуют поочерёдно большие круги вдоль туловища, пальцы сжаты в кулаки.
2. Шаг на степ – со степа. Кисти рук поочерёдно рисуют маленькие круги вдоль туловища. (№ 1-2 - повторить 3 раза).
3. Приставной шаг на степе вправо – влево. Одновременно прямые руки поднимаются вперёд – опускаются вниз.
4. Приставной шаг на степе вправо – влево с полуприседанием (шаг – присесть). Кисти рук, согнутых в локтях, идут к плечам, затем вниз.
5. Ходьба на степе с высоким подниманием колен. Одновременно выполняются хлопки прямыми руками перед собой и за спиной.
6. Шаг на степ – со степа с хлопками прямыми руками перед собой и за спиной. (№ 3,4,5,6 – повторить 3 раза).
7. Подвижная игра «Цирковые лошади». Круг из степов – это цирковая арена. *Дети идут вокруг степов, высоко поднимая колени («как лошади в цирке»), затем по сигналу переходят на бег с высоким подниманием колен, потом на ходьбу и по остановке музыки занимают степ («стойло»).* Степов должно быть на 2 – 3 меньше, чем у участников игры.
8. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.

Февраль – Комплекс № 5.

В хорошо проветренном зале степы разложены в три ряда. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. Ходьба и бег змейкой вокруг степов.
2. Ходьба с перешагиванием через степы.

Основная часть

1. И.п.: упор присев на степе.
1 – 2 – ноги поочерёдно (правую, затем левую) отставить назад, упор лежа;
3 – 4 – поочерёдно сгибая ноги, вернуться в и.п. Руки должны быть прямыми, плечи не опускать.
2. И.п.: упор присев на правой ноге на степе, левую – назад на носок.
1 – 4 – пружинить на ноге;
5 – подтянуть левую ногу к степ-платформе, поднять руки вверх, потянуться. То же левой ногой.
3. Шаг правой ногой на степ, левой выполнить мах назад.
4. Шаг правой ногой на степ, левую подтянуть как можно выше к груди, затем поменять ногу.
5. Подвижная игра для профилактики плоскостопия (*игровые действия выполняются в соответствии с текстом*)
Вылез мишка из берлоги,
Разминает мишка ноги.
На носочках он пошёл
И на пяточках потом.
На качелях покачался,
И к лисичке он подкрался:
«Ты куда бежишь, лисица?
Солнце село, спать пора,
Хорошо, что есть нора!» (*каждый ребёнок бежит в свою норку – на свой степ*).
6. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.

Март – Комплекс № 6.

В хорошо проветренном зале степы разложены в три ряда. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. Ходьба и бег змейкой вокруг степов.
2. Ходьба с перешагиванием через степы.

Основная часть

1. И.п.: Стоя на степе, руки опущены вниз. Одновременно с ходьбой на месте раскачивать руки вперёд-назад с хлопками спереди и сзади (5 раз).
2. И.п.: основная стойка на степе. Шаг вправо со степа, руки в стороны, вернуться в исходное положение; то же влево (по 5 раз).
3. И.п.: стоя на степе, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Повороты вправо и влево со свободными движениями рук (5 – 6 раз).
4. И.п.: стоя на коленях на степе, садиться и вставать, не помогая себе руками (5 – 6 раз).
5. Сидя на степе скрестив ноги, наклоняться к правому и левому колену, касаясь его лбом.
6. И.п.: основная стойка на степе. Взмахивать прямой ногой вперёд, делать под ногой хлопок. (5 – 6 раз).
7. Прыжки на степ и со степа чередуются с ходьбой.
8. Подвижная игра «Скворечники». *Занимать место (только в своём) скворечнике (степе), можно по сигналу «Скворцы прилетели!». Вылетать из скворечника надо по сигналу «Скворцы летят!». Тот, кто займёт степ последним, считается проигравшим.*
9. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.

Апрель – Комплекс № 7.

В хорошо проветренном зале степы расположены в хаотичном порядке. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. Одновременно с ходьбой на степе выпрямить руки вверх, разжимая кулаки, посмотреть на них; руки к плечам, кисти сжать в кулаки.
 1. Шаг на степ – со степа, бодро работая руками.
 2. Одновременно с ходьбой на степе раскачивать руки вперёд-назад с хлопками спереди и сзади.
 3. Ходьба на степе, поворачиваясь вокруг себя со свободными движениями рук. (В одну и другую сторону).

Основная часть

1. Одновременно с ходьбой на степе скрестить согнутые руки перед собой, хлопнуть одновременно левой кистью по правому плечу, а правой – по левому плечу.
 2. Шаг со степа в сторону, чередуются с приседанием, поднимая руки вперёд.
 3. Одновременно с ходьбой на степе поднять руки через стороны вверх и хлопнуть над головой.
 4. Шаг со степа на степ, поднимая и опуская плечи.
 5. Сидя на степе, скрестив ноги, руки на поясе. Наклониться вправо, влево.
 6. И.п.: то же. Взмахнув руками вперёд, быстро встать, вернуться в и.п.
 7. Стоя на коленях на степе, руки на поясе; опуститься на пятки, руки в стороны, вернуться в и.п.
 8. Ходьба на степе, бодро работая руками.
 9. Подвижная игра «Бубен» (у кого бубен, тот ловишка, кого поймал, тому отдаёт бубен):
 10. «Бубен, бубен, долгий нос,
 11. Почём в городе овёс?»
 12. Две копейки с пятакон,
 13. Овса Ваня не купил,
 14. Только лошадь утопил
 15. Бубен, бубен, беги за нами, хватай руками!
 16. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.

Май– Комплекс № 8.

В хорошо проветренном зале степы разложены в три ряда. Под бодрую ритмичную музыку дети входят в зал и становятся позади степов.

Подготовительная часть

1. Наклон головы вправо-влево.
2. Поднимание плеч вверх-вниз.
3. Ходьба обычная на месте, на степе.
4. Приставной шаг вперёд со степа на пол и обратно на степ.
5. Приставной шаг назад.
6. Приставной шаг вправо (влево) со степа, вернуться в и.п.

Основная часть

1. Правую ногу в сторону, за степ; правую руку в сторону. Левую ногу в сторону, левую руку в сторону. Вернуться в и.п.
2. Правую (левую) ногу вперёд перед степом поставить на носок, правую (левую) руку резковывтянуть вперёд. Вернуться в и.п.
3. То же вправо-влево от степа. Назад от степа.
4. Правую (левую) ногу поставить резко вперёд; вправо (влево); назад и вернуться в и.п.
5. Нарисовать правой (левой) ногой полукруг вокруг степа; вернуться в и.п.
6. Приставной шаг на степе в полуприседанием.
7. Подвижная игра «Иголка, нитка и стойкий оловянный солдатик» (игра упражняет детей в равновесии – ведущий – «иглолка», все остальные – «нитка», дети бегут змейкой по залу, с окончанием музыки разбегаются на свои степы и стоят на одной ноге – «Стойкий оловянный солдатик»).
8. После игры, дети садятся на ковёр и проводятся упражнения на расслабление и дыхание.