

МКУ «Управление образования»
Нурлатского муниципального района Республики Татарстан

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 12 «Буратино» общеразвивающего вида»
г. Нурлат Республики Татарстан

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад № 12 «Буратино»
Протокол № 1 от 31.08.2023г.



УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
№ 12 «Буратино»
Г.Г.Абдульманова
Приказ № 167 от 31.08.2023г.

**Дополнительная программа социально-педагогической
направленности
««Нейробика»»**

Возраст обучающихся: 3-5 лет
Срок реализации: 2023-2024 учебный год
Год разработки программы: 2023 г.

Авторы-составитель: воспитатель
Клементьева А.В.

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2. Содержание программы	8
1.2.1. Учебный план	8
1.3. Планируемые результаты	8
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	9
2.1. Календарный учебный график	9
2.2. Условия реализации программы	9
2.3. Инструментарий для нейромоторной диагностики	53
2.4. Воспитательный компонент	62
2.5. Список литературы	64
Приложения	65

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Конвенция о правах ребенка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989г.);
- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 г. № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы в области физической культуры и спорта) (утвержденные приказом ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания, 2021 год);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Уровень программы

Данная программа рассчитана на стартовый уровень и предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную

сложность предлагаемого для освоения содержания программы; развитие мотивации к определенному виду деятельности.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Нейробика» имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность программы

В процессе работы с детьми дошкольного возраста встают следующие вопросы: как поддержать познавательную активность ребёнка, развить его мыслительные процессы, не перегружая ребёнка излишней информацией, сохраняя и улучшая при этом его психическое и физическое здоровье?

Ответ - применять методики нейрогимнастики, как систему занятий по стимулированию и активизации умственной и физической активности с помощью кинезеологических упражнений, нетрадиционных пособий.

Отличительные особенности программы, новизна

Гимнастика по утрам – это обязательный атрибут хорошего самочувствия на весь день и здоровья человека. Мало кто будет спорить с тем, что регулярное проведение гимнастических упражнений благоприятно сказывается на общем состоянии человеческого организма.

Но важно понимать, что в таком разогреве нуждается не только наше тело, но и мозг, которому тоже необходима тренировка. Именно с этой целью проводится нейрогимнастика – это определенный комплекс упражнений, направленный на активацию полноценной работы левого и правого полушария, помогая управлять физической, умственной и эмоциональной жизнью.

Кинезиология – это прикладная наука, которая помогает развивать умственные способности через выполнение определенного комплекса заданий. Данное направление было развито в 60-е годы прошлого столетия, поэтому его можно считать относительно молодым.

Такая «гимнастика для мозга» состоит из определенного комплекса упражнений, которые достаточно просты в выполнении. По этой причине нейрогимнастику практикуют для детей дошкольного возраста, которая помогает сбалансировать развитие обоих полушарий головного мозга.

Программа универсальна, и подходит как здоровым детям, так и детям, имеющим особенности развития. Программа разнообразна. На каждом занятии упражнения

подбираются таким образом, чтобы стимулировать развитие когнитивной, эмоционально-волевой, сенсорной, коммуникативной, физической сфер ребенка.

Программа разработана в первую очередь для детей с:

- низкой устойчивостью к нагрузкам;
- наличием утомляемости;
- трудностями координации движений;
- отсутствием плавности движений, не удержанием равновесия;
- для медлительных детей;
- с трудностями управления движениями, саморегуляции;
- наличием мышечных зажимов, нарушениями мышечного тонуса;
- испытывающих трудности в общении;
- переживающих эмоциональное напряжение.

Каждый ребенок талантлив и открыт миру. Наша задача раскрыть его творческий потенциал и способствовать его гармоничному целостному развитию.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что использование нейропсихологического подхода позволяет на ранних этапах нормализовать процессы психического онтогенеза и скомпенсировать дисгенетический синдром. В совокупности это приводит к эмоциональноличностному и когнитивному развитию, что способствует обучению, и адекватной адаптации к социуму.

Отличительные особенности заключаются в том, что данная программа позволяет через игровые упражнения нормализовать психические процессы и способствует формированию сбалансированной работы головного мозга.

Психологи долгое время пытались найти способ помочь людям, часто сталкивающимся с различными экстремальными ситуациями и испытывающими нервно-мышечные перегрузки. И решение было найдено после разработки образовательной кинезиологии, которая как раз и была направлена на изучение связей ум - тело.

Образовательной ее назвали потому, что в процессе занятий мы узнаем самих себя, получаем знания о собственных проблемах и о том, что же нам делать дальше, чтобы компенсировать перенесенный ранее стресс. С помощью специально подобранных упражнений наш организм балансирует процессы, происходящие в нем, координирует работу правого и левого полушарий, развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Упражнения для мозга универсальны и для детей и взрослых. Они просты и не требуют какой-либо специальной физической подготовки. При регулярном выполнении они снимают усталость, повышают концентрацию, умственную и физическую активность.

Каждое из упражнений для мозга, способствует возбуждению определенного его участка и механизма объединения мысли и движения. В результате этого, новое учение становится более естественным и лучше запоминаемым. Помимо этого, упражнения для мозга способствуют развитию координации движений и психофизических функций.

Адресат программы

В программе участвуют дети с 3 до 5 лет. Занятия проводятся в двух группах. В первую группу входят дети в возрасте 3-4 лет. Вторая группа, состоит из детей 4-5 летнего возраста.

Форма обучения – очная

Форма реализации образовательной программы: традиционная.

Форма занятий – групповая.

Состав групп формируется с учётом согласия родителей и возраста детей.

Вид занятий – практическое занятие.

Формы подведения итогов реализации программы.

Форма отслеживания результатов усвоения образовательной программы предполагает:

- диагностика на начало учебного года;
- индивидуальное наблюдение – при выполнении практических приемов обучающихся.
- итоговое занятие 1 раз в полугодие;
- диагностика уровня освоения программы в конце года.

Формы аттестации

Входная диагностика позволяет определить уровень знаний, умений и навыков, компетенций у обучающегося, чтобы выяснить, насколько ребенок готов к освоению данной программы.

Текущий контроль включает следующие формы: итоговое занятие с целью отслеживания промежуточных результатов освоения программы.

Объем программы: 68 часов.

Срок освоения программы: 1 учебный год (сентябрь– май). Программа рассчитана на 68 занятий (68 часов) с учетом праздничных и выходных дней в течение учебного года по производственному календарю.

Цель программы: Активация природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли.

Задачи программы:

- развитие межполушарной специализации;
- синхронизация работы полушарий;
- развитие интеллектуальной деятельности;
- развитие мелкой моторики;
- активизация познавательного интереса;
- формировать умения и навыки (умения обдумывать и планировать свои действия, осуществлять решение в соответствии с заданными правилами, проверять результат своих действий и т. д.);
- формирование умения работы в коллективе;
- воспитание настойчивости, терпения, способности саморегуляции своих действий и самоконтроля.

Примерная структура занятий. Каждое занятие строится в соответствии со следующей структурой:

- Ритуал приветствия;
- Разминка;
- Растяжки (пассивные и активные);
- Дыхательные упражнения;
- Глазодвигательные упражнения;
- Выполнение развивающих двигательных упражнений в игровом формате по теме
- Выполнение заданий (опционально, зависит от темы занятия);
- Подвижные игры;
- Упражнения на релаксацию, снятие мышечного тонуса;
- Ритуал прощания.

1.2. Содержание программы

1.2.1. Учебный (тематический) план

Месяц	Тема	Количество занятий
Сентябрь	Давайте познакомимся!	1
	Диагностика	2
	«Собираем урожай»	1
Октябрь	«Осенние заботы»	2
	«В гости к великану»	2
	«Зоопарк»	2
	«В осеннем лесу»	2
Ноябрь	«Веселый зайчонок»	2
	«Дождик песенки поет»	2
	«Где же птицы?»	2
	«Строим, строим, теплый дом»	2
Декабрь	«Малыши»	2
	«Веселые качели»	2
	«Карандаш рисует лес»	2
	«К нам приходит Новый год!»	2
Январь	«Праздничное настроение»	2
	«Снежинки»	2
	«Зимний лес»	2
Февраль	«Сказочный дракон»	2
	«Быть здоровыми хотим»	2
	«Снежки»	2
	«Смелые умелые»	2
Март	«Путешествие на поезде»	2
	«Кто в домике живет»	2
	«Проводы зимы»	2
	«Воздушный шарик»	2
Апрель	«В весеннем лесу»	2
	«Весеннее настроение»	2
	«Встречаем птиц»	2
	«Кораблик»	2
Май	«Травушка - муравушка»	2
	«И жучек, и паучок»	2
	«Весенняя сказка»	2
	Диагностика	2
	«Малыши подросли» (1 итоговое занятие)	2 (итоговое)
Всего занятий	68	

1.3. Планируемые результаты

В результате освоения программы предполагается общее улучшение тонического статуса детей; развитие крупной и мелкой моторики; улучшение координации движений (содружественной и реципрокной); улучшение навыков произвольной регуляции поведения и деятельности; улучшение гностической, мнестической сферы, расширение пространственных представлений; развитие коммуникативности, улучшение общего самочувствия детей и повышение самооценки; воспитание нравственности, уважения к культуре и традициям народов России и мира, труду людей; сформированная потребность детей в здоровом образе жизни, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Начало учебных занятий для обучающихся: 01.09.2023г.

Окончание (в текущем учебном периоде) 31 мая 2024 г.

Количество часов в год 68 часов

Срок освоения программы: 1 год

Учебный план для группы 3-4 лет

Объем программы

Срок освоения программы	Количество		
	В неделю	В месяц	За 8,5 месяцев
8,5 месяцев	2занятия	8 занятий	68 занятий

2.2. Условия реализации программы

Срок реализации образовательной программы - 8,5 месяцев.

Регламентирование образовательного процесса для группы 3-4 лет

Возрастной ценз	3-4 года
Количество групп	1 группа
Предельная наполняемость группы	5-15 человек
Форма аттестации	1 раз итоговое занятие

Структура занятия

Нейропсихологические занятия всегда проводятся по одному и тому же сценарию. Он включает:

- Приветствие. Ритуал приветствия организует на работу, сплочает группу.
- Артикуляторная гимнастика - необходима для укрепления и развития речевого аппарата, улучшения произношения.
- Дыхательные упражнения - улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль над поведением и произвольность, снижают гиперактивность и импульсивность, успокаивают. Также упражнения способствуют улучшению концентрации внимания. Увеличивают объем легких, усиливают газообмен, улучшают кровообращение. Под воздействием диафрагмы происходит интенсивный массаж внутренних органов, что естественно способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия.
- Массаж/самомассаж - стимулирующие упражнения, повышающие энергетический потенциал, также помогают размять мышцы и подготовить их к выполнению более сложных упражнений.
- Разминка. оптимизация тонуса мышц, снятие напряжения. Тренируют вестибулярный аппарат, улучшают синхронность движения, повышают активность, дают прилив бодрости, укрепляют мышцы тела, улучшают настроение, учат более открыто выражать свои чувства.
- Упражнения двигательного репертуара. Упражнения способствуют одновременной работе двух глаз, рук, ног, ушей, интеграции двух полушарий мозга и включают механизм «единства мысли и движения». В результате человек может двигаться и думать одновременно, обрабатывать информацию как от целого к частному, так и от частного к целому, легко пересекать срединную линию тела, что является необходимым требованием для свободного чтения, письма и множества других навыков.
- Ритмирование - это процедура, которая предназначена для обретения позитивности, активности, ясности и энергетичности сознания и тела в процессе учения.
- Глазодвигательные упражнения расширяют поле зрения, улучшают восприятие, развивают межполушарное взаимодействие, активизируют процесс обучения и повышают энергетизацию организма.
- Кинезиологические упражнения - нормализация работы всех блоков головного мозга, формирование целостного восприятия информации. Обеспечивают необходимую скорость протекания нервных процессов между клетками головного мозга.

Улучшают эмоции и саморегуляцию. Они стабилизируют нервные процессы, в результате чего ребенок учится сохранять спокойствие в стрессовой ситуации.

- Расслабление - успокоение возбужденных мышц; развитие умения сознательно расслаблять мышцы; развитие способности быстро восстанавливать силы после физических нагрузок.

- Прощание. Во время ритуала завершения занятий надо обсудить все, что сегодня произошло, обязательно нарисовать что-то. И конечно, поблагодарить место, где нам было так интересно, попрощаться с ним до следующего раза, а затем вернуться к повседневным делам.

Условия проведения упражнений по необходимости можно упрощать или, наоборот, усложнять. Упрощение занятий может сводиться к замедлению темпа выполнения упражнения и сверхнаглядности инструкций. Иногда, например, приходится некоторое время все делать вместе с ребенком. Более того, за него (в буквальном смысле этого слова). Упрощением является также утрированная пауза между двумя упражнениями, которая позволяет ребенку перестроиться, переключиться с одного вида деятельности на другой. Усложнение занятий, напротив, сводится к выполнению упражнений в быстром темпе, быстрому переключению с одного упражнения на другое, краткой словесной инструкции и т. д.

Принципы работы: 1. Принцип индивидуального подхода. Учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся и индивидуальных особенностей. 2. Принцип дифференцированного обучения позволяет разрешить противоречие между существующими различиями в интересах, склонностях, способностях участников группы. 3. Принцип личностно-ориентированного подхода в обучении. Ориентация образовательно-воспитательного процесса на личность ребенка, максимальное развитие его индивидуальности. 4. Принцип развивающего обучения. Развивающая творческая среда, в основу которой заложены различные развивающие игры, что обеспечивает развитие у учащихся способностей и познавательного потенциала.

Принципы проведения занятий: 1. Системность подачи материала. 2. Наглядность обучения. 3. Цикличность построения занятий. 4. Доступность. 5. Проблемность. 6. Развивающий и воспитательный характер учебного материала.

Содержание календарно-тематического плана для группы 3-4 лет.

Месяц	Неделя	Содержание занятий
Сентябрь	3-я	<p>Знакомство (в кругу с мячом, педагог подает мяч каждому ребенку, спрашивая его имя, ребенок катит мяч, педагогу называя свое имя).</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок» - знакомимся с артикуляционным аппаратом</p> <p>Дыхательное упражнение: «Носики курносики» - (вдох-выдох нос-рот). Массаж/самомассаж: «Наши пальчики» подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней - «Наши пальчики».</p> <p>Разминка: «Тянемся к солнышку».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара: Ходьба по коврику - дорожке; упр - «Самолет».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения, лежа, сгибая ногу, хлопает по коленку «Рука-нога» (только левая рука, левая нога; только правая рука правая нога, по переменки) - 5раз</p> <p>Растяжки: 1. Растяжки для тела, «Потягушки».</p> <p>Игра «Карусель»</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Часики»</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Ладушки» «Волшебные обводилки» - рис.1 (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), мелких игрушек (киндер-сюрприз); расположение листа горизонтальное на столе/полу.</p> <p>Расслабление: «Травинка». Прощание</p>
	4-я	<p>Приветствие</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок едет в огород»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Ветерок».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней «ручки замерзли»</p> <p>Разминка: «Покажи овощ солнышку».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Огород».</p> <p>Ритмирование: приставное движения «Ползи в сторону» - 5раз.</p> <p>Растяжки:Растяжки для ног; перекаты - «Тянем, потянем»</p> <p>Игра «Сигнал»</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Машинка» следить за перемещением в лево в право</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Ладонь-кулак» «Волшебные обводилки» - рис.1 (проведи линии сверху вниз двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе.</p> <p>Расслабление: «Капельки». Прощание</p>

	1-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Во саду ли в огороде» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней «ручки замерзли» Разминка: «Высоко потянись, до яблочка дотянись». Упражнения двигательного репертуара</p>
--	-----	--

		<p>«Собери овощи» (ребенок берет овощ и доносит до корзинки, продвигаясь, прыжками впрыгивая в два обруча - ноги врозь и выпрыгивая между обручами, ноги вместе) с помощью взрослого. Ритмирование: приставное движения «Ползи в сторону» - 5раз. Растяжки: Растяжки для рук и спины - «Тянем, потянем фрукт себе достанем» - сидя, не сгибая коленей, наклон вперед. Игра «Чудесный мешочек» - узнай фрукт. Глазодвигательное упражнение: «Яблоко на ветке» - следить за перемещением в лево, в право. Кинезиологические упражнения для рук: «Яблоки-листочки» «Волшебные обводилки» - рис.1 (проведи линии от краев к центру двумя руками, одновременно (фломастерами)) расположение листа горизонтальное на столе; вертикально. Расслабление: «Листик». Прощание</p>
	2-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок в деревне» Дыхательное упражнение: «Коровки мычат». Массаж/самомассаж: «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Великан». Упражнения двигательного репертуара «Домашние животные» Ритмирование: «Рука-нога» лежа- 5 раз. Растяжки: Растяжки и расслабление рук «Потянули и встряхнули» Игра «Пастушок», «Кто позвал» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, стоя. Кинезиологические упражнения для рук: «Лягушка». «Волшебные обводилки» - рис.2 (движение по волнистой линии с помощью пальцев (правой и левой руки), мелких игрушек (киндер-сюрприз) / карандаша, фломастера; - расположение листа горизонтальное на столе/полу. Расслабление: «Животные уснули». Прощание</p>

Октябрь	3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок путешествует» Дыхательное упражнение: «Слон трубит». Массаж/самомассаж: «Бегемотик» - массаж живота. Разминка «Жирафа». Упражнения двигательного репертуара «Зоопарк» Ритмирование: «Крыло - хвост» лежа - двигаем в сторону пр.ногу и руку, затем лев. руку и ногу - 5раз. Растяжки: Растяжка и расслабление мышц шеи - «Любопытные жирафы» Игра:«Посмотри и найди»,«Чудесный мешочек» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, лежа (два направления) Кинезиологические упражнения для рук: «Зайчик» «Волшебные обводилки» - рис.4 (изучение узора с помощью пальцев (правой</p>
---------	-----	---

		<p>и левой руки), мелких игрушек (киндер-сюрприз); расположение листа горизонтальное на столе/полу, вертикальные линии движения с низу в верх). Расслабление: «Животные уснули». Прощание</p>
	4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Осенний листик». Массаж/самомассаж: массаж ног использованием массажных мячиков. Разминка «Ёжик». Упражнения двигательного репертуара «В кулачек... и на бочек» Ритмирование:Упражнения выполняются стоя на четвереньках. Приставной шаг (одноименные) движение по прямой. Растяжки: 1. Растяжки для тела, лежа на спине «Ёжики свернулись» Игра: «Собери листочки» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением листика на вытянутой руке, в положении лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Колючий ёжик» «Волшебные обводилки» - рис.5 (листок располагается вертикально на магнитной доске; ребенок стоя рисует палочки - колючки). Расслабление:«Сухой листик» Прощание.</p>

Ноябрь	1-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Снежинка». Массаж/самомассаж: «Ушки» - массаж ног. Разминка: «Зайчик в гости собирается». Упражнения двигательного репертуара «След в след» Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения» Растяжки:Растяжки для ног; перекаты Игра: «Что в мешочке, запомни и назови», «Продолжи ряд» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнутой в локте, сидя. Кинезиологические упражнения для рук: «Зайчик» «Волшебные обводилки» - рис.6 круги (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки) / обводим карандашами, расположение листа горизонтальное на столе/полу). Расслабление: «Животные уснули». Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика:Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Задуй свечку» Массаж/самомассаж: Массаж ладоней и пальцев с использованием «Суджок» Разминка: «Потягивания».</p>
		<p>Упражнения двигательного репертуара «Не ленись» <u>1блок:</u> «Освоение балансира» 1. Сесть на доску «по-турецки» и покачаться. 2. Сидя, выполнять наклоны головы вправо, влево, вперед, назад. Ритмирование: перекрестные движения, стоя выставляем ногу и руку вперед попеременно правые, левые. Растяжки:Растяжки и расслабление рук и ног «Лужица» Игра: «Капли» -запомни и повтори несложный ритм. Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнутой в локте, лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Капля» - «Лужа». «Волшебные обводилки» - рис.7 «Дождинки» (листок располагается вертикально на магнитной доске. Ребенок стоя, обводит пальчиками / фломастерами). Расслабление: «Капля». Прощание.</p>

3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №. «Веселые птички» Дыхательное упражнение: «Погрей ручки» Массаж/самомассаж: Массаж пальцев и ладоней - «Сорока-ворона» Разминка: «Аист». Упражнения двигательного репертуара «Хлоп -хлоп» Ритмирование: перекрестные движения, стоя выставляем ногу и руку назад попеременно правые, левые. Растяжки: Растяжки и расслабление рук и ног Игра: «Птички в гнездышках» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнута в локте, лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Клювики» «Волшебные обводилки» - рис.8 «Зернышки» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально). Расслабление: «Перышко». Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж:лица – «Стенка-стенка...» Разминка: «Подъемный кран». Упражнения двигательного репертуара 1блок: «Освоение балансира» 1. Ребенок в положении сидя на корточках. Покачивающее движение из стороны в сторону головой, затем зафиксировать взгляд на предмете. Круговое вращение головой Ритмирование: перекрестные движения, стоя выставляем ногу и руку в стороны попеременно правые, левые, разноименные</p>
	<p>Растяжки: Всего тела. Игра: «Найди фигуру», по сигналу и карточке. «Строим башенки». Кинезиологические упражнения для рук: «Кулачек на кулачек» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнута в локте, лежа. «Волшебные обводилки» - рис.9 «Спираль - дорожка» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа горизонтально) / обводим. Расслабление: «Перышко». Прощание.</p>

Декабрь	1-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок в парке» Дыхательное упражнение: «Вертушка». Массаж/самомассаж: Массаж спины «Паровозы» Разминка: «Ай, да малыш».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара Растяжки: Всего тела. Игра: «Пузырь».</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Кулак-ребро-ладонь».</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением шарика на экране. «Волшебные обводилки» - рис.10 «Лабиринт» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально) /обводим.</p> <p>Расслабление: «Шарик сдувается».</p> <p>Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» Дыхательное упражнение: «Качели» Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем». Разминка: «Вверх - вниз».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара 2-й блок: «Комплекс упражнений с мешочками»; Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом в положении сидя, стоя на полу.</p> <p>Ритмирование: «Дракон» Растяжки: «Зайчата» Игра: «Посмотри и повтори» - нейробазис карточки. «Ритмичные дорожки». Кинезиологические упражнения для рук: «Апельсин». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением предмета перемещаемого около переносицы «Волшебные обводилки» - рис.11 «Лабиринт» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально) /обводим.</p> <p>Расслабление: «Животные спят».</p> <p>Прощание.</p>
	3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2.</p>

		<p>«Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох». Массаж/самомассаж: Массаж ладоней и пальцев - «Веселый карандаш». Разминка «Струночка». Упражнения двигательного репертуара 2-й блок: «Комплекс упражнений с мешочками»; 1. Положить на доску и поднять мешочек правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно. 2. Перекидывать предмет педагогу, ловить. Ритмирование: «Цыганочка». Растяжки: «Разминаем плечи» Игра: «Найди одинаковые». «Ритмичные дорожки» -2 Кинезиологические упражнения для рук: «Колечки». «Волшебные обводилки» - рис.12. (листок располагается вертикально; ребенок сначала изучает, потом копирует узор фломастерами, карандашами; рисунок – дорисовывает елочку Расслабление: «Раскачивающееся дерево». Прощание.</p>
	4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок на празднике» Дыхательное упражнение: «Вертушка». Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем» Разминка: «Танец» Упражнения двигательного репертуара Ритмирование: перекрестные движения, лежа на спине, сгибаем ногу в колене, руку вверх, попеременно правые, левые, разноименные Растяжки: «Играем в снежки». Игра: «Ритмичные дорожки» -2 Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Пальчики танцуют» «Волшебные обводилки» - рис.13 «Украшаем елочку» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа горизонтально). Расслабление: «Снежинки». Прощание.</p>

	2-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика:Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох» - на выдох припеваем гласную.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж – профилактика заболеваний.</p> <p>Разминка «Вверх - вниз»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p><u>2-й блок:</u>«Комплекс упражнений с мешочками»; Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом.</p> <p>1. Положить на доску и поднять мешочек правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно.</p> <p>2. Перекидывать предмет из руки в руку, следить за ним глазами, затем глазами и носом.</p> <p>Ритмирование: «Приставной шаг»</p> <p>Растяжки: «Локоток»</p>
Январь		<p>Игра: «Звуковые ловишки». «Хитрые мячики». «Повтори за мной» Кинезиологические упражнения для рук: «Семья» - пальчиковая гимнастика, «Окошки»</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), стоя.</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис. «Лабиринты» (листок располагается вертикально; ребенок сначала изучает, потом копирует узор фломастерами, карандашами)</p> <p>Расслабление: «Колыбельная».</p> <p>Прощание.</p>

3-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Собачка». «Вдох - выдох» - с языком.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж спины - «Новый стол». Массаж ног и стоп.</p> <p>Разминка: «Снежинки»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p><u>1 блок: «Освоение балансира»</u> 1.<u>Круговые вращения руками:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. <p><u>2-й блок: «Комплекс упражнений с мешочками с крупой»;</u></p> <p>1. Ребенок, стоя перекладывает один мешочек с руки на руку, над головой, сзади, спереди под коленями, под правым, под левым коленом.</p> <p>Ритмирование: Ползание - одноименные рука, нога.</p> <p>Растяжки: «Лягушка».</p> <p>Игра: «Группировки по... (цвету, размеру, форме)». «Угадай звук» Глазодвигательное упражнение «Куда листик снежинка» следить за перемещением на плакате - тренажер Базарного В.Ф. «Волшебные обводилки» - рис. «Спираль» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа горизонтально).</p> <p>Расслабление: «Снежинка».</p> <p>Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Вдох - выдох» - с ногой.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем».</p> <p>Разминка: «Звезда»</p> <p>Упражнения двигательного</p> <p><i>«Комплекс упражнений с мешочками»;</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ловить мешочки двумя руками. 2. Ребенок, стоя удерживает мешочек на голове, удерживает два мешочка на плечах и одновременно выполнять действия руками (<i>хлопки, вращения, подбрасывать, ловить мешочки</i>). <p>Ритмирование: «Прыжки»</p> <p>Растяжки: «Зайчата»</p> <p>Игра: «Посмотри и повтори» - нейробазис карточки.</p> <p>Кинезиологические</p>

		<p>упражнения для рук: «Апельсин». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением предмета, перемещаемого около переносицы «Волшебные рисунки» - «Забор» рисование (правой и левой рукой) вертикальных линий, - расположение листа горизонтально/ вертикально.</p> <p>Расслабление: «Воробушек».</p> <p>Прощание.</p>
Февраль	1-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4.</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с задержкой на 1».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук с помощью ореха.</p> <p>Разминка «Облако»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>Ритмирование:</p> <p>«Сигнальщики»</p> <p>Растяжки:</p> <p>«Разминаем плечи» Игра:</p> <p>«Хлопни как я».</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Кулак-реброладонь». «Колечки».</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), лежа.</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Штрихи» рисование (правой и левой рукой) горизонтальных линий, - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление:«Дракон»</p> <p>Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика:«Язычок проснулся»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с задержкой на 1».</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж лица и головы - «прогулка».</p> <p>Разминка «Зарядка»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>Ритмирование:</p> <p>«Лыжник».</p> <p>Растяжки:</p> <p>«Кошка - собака» Игра:</p> <p>«Строим башенки».</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук:</p> <p>«Колечки»Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), сидя. «Волшебные рисунки» - «Горки» рисование (правой и левой рукой) - расположение листа горизонтально/ вертикально.</p> <p>Расслабление: «Снежок».</p> <p>Прощание.</p>

	3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика:Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с подниманием ноги». Массаж/самомассаж:подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки</p>
		<p>замерзли». Разминка «Это я уже большой» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мишенью»; 1. Отталкивать мяч маятник в мишень, которую держат перед ребенком. Ритмирование: «Ушко-носик» (первый вариант без хлопка). Растяжки:«Замочки» Игра: «Колпачки». Кинезиологические упражнения для рук:«Вертушка». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением предмета, перемещаемого около переносицы, лежа «Волшебные раскраски» - раскрась, только круги (правой и левой рукой), - расположение листа горизонтально/вертикально. Расслабление:«Шарик сдувается». Прощание.</p>
	4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Великан» Упражнения двигательного репертуара Ритмирование: «Ушко-носик» с хлопком. Растяжки:«Крылья птицы» Игра: «Цветные клубочки». Кинезиологические упражнения для рук: «Ножницы». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), стоя. «Волшебные раскраски» - раскрась, только квадраты (правой и левой рукой), - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление: «Потянулись-сломались» Прощание.</p>

Март	1-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вдох - выдох» - со сгибанием рук.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж спины «Рельсы»</p> <p>Разминка «Ходьба по массажному коврику»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>Растяжки:Перекаты головы</p> <p>Игра: «Цветные клубочки». «Прыгай не зевай».</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Зеркальце и полочка», Глазодвигательное упражнение следить за перемещением зайчика на плакате - тренажер Базарного В.Ф.</p>
------	-----	---

		<p>«Волшебные раскраски» - раскрась, только треугольники (правой и левой рукой), - расположение листа горизонтально/вертикально. Расслабление: «Потянулись-сломались»</p> <p>Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Язычок проснулся»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох» с задержкой на 2.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж лица и головы - «Стенка, стенка, потолок...». Разминка «Зарядка»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p><i>«Освоение балансира»</i></p> <p>1.Круговые вращения <u>руками:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. <p>Ритмирование: «Плечи» с хлопком.</p> <p>Растяжки: «Утиный хвостик»</p> <p>Игра: «Найди фигуру» - по карточке.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Лягушка» - (пробовать с закрытыми глазами).</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), лежа.</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Домик» рисование (правой и левой рукой) - расположение листа горизонтально/ вертикально.</p> <p>Расслабление: «Поза покоя».</p> <p>Прощание.</p>

3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Холодный и теплый ветерок1». Массаж/самомассаж: Массаж – профилактика заболеваний. Разминка «Снежинки» Упражнения двигательного репертуара Ритмирование: «Сигнальщики». Растяжки: «Вращения ног». Игра «Ритмичные дорожки». Кинезиологические упражнения для рук: «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), лежа. «Волшебные рисунки» - «Дождинки» рисование (правой и левой рукой) горизонтальных линий, - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление: «Сбросим усталость». Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика:Комплекс №2. 1.«Футбол» 2. «Непослушный</p>

	<p>язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Кораблик». Массаж/самомассаж:«Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Ай, да малыш» Упражнения двигательного репертуара 2. Положение: стоя на <u>коленях</u>: - обе руки положить на грудь; - поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; Ритмирование: «Коленки». Растяжки:Повороты в стороны Игра:«Запомни, назови» Кинезиологические упражнения для рук: «Мы топали, мы бегали». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением машины на экране. «Волшебные обводилки» - рис. «Лабиринт» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально) /обводим. Расслабление: «Шарик сдувается». Прощание.</p>
--	---

Апрель	1-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок в лесу» Дыхательное упражнение: «Покачай игрушку». Массаж/самомассаж: растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); катаем карандаш ладошками. Разминка: «Тянемся к солнышку» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с набором мячей»; 1. Ловить и бросать мяч от педагога <i>(без отскока)</i>. «Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»; 1. Попасть мячом-попрыгунчиком в середину обруча. Ритмирование: перекрестные движения «Локоть - колено» - 5раз. Растяжки:«Сорока-белобока» Игра: «Сигналы». Глазодвигательное упражнение «восьмерки на плакате - тренажер Базарного В.Ф. Кинезиологические упражнения для рук: «Ладонь-кулак» повторять с закрытыми глазами. «Волшебные рисунки» - проведи линии сверху вниз (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Капельки». Прощание</p>
	2-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: стоп. Разминка «Деревья» Упражнения двигательного репертуара <u>1</u>блок: «Освоение балансира»</p>

		<p>1. Встать и спуститься с доски: - спереди; - сзади; - с обеих сторон.</p> <p>2. Ребенок в положении стоя медленно покачивается</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Рука - нога» лежа поднимаем руки, ноги, пр.ногу и руку, затем левую руку и ногу, затем разноименные ногу и руку – 5раз.</p> <p>Растяжки:«Росток»</p> <p>Игра: «Цветные круги» - сортировка по цвету.</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Куда листик полетел» следить за перемещением листика на плакате - тренажер Базарного В.Ф.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: повторять все выученные упражнения с закрытыми глазами</p> <p>«Волшебные рисунки» - Раскрашиваем кирпичики красными и синими цветами (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене.</p> <p>Расслабление: «Сбросим усталость». Прощание</p>
3-я		<p>Приветствие</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: ««Вдох-выдох» с задержкой на 1 Массаж/самомассаж: «Мытье головы».</p> <p>Разминка «Птички»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»;</p> <p>1. Попасть в мишень мячом двумя руками.</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Растяжки:«Крючки»</p> <p>Игра: «Сортируем по размеру» - с блоками Дьенеша.</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Куда листик полетел» следить за перемещением листика на плакате - тренажер Базарного В.Ф.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук:«Пальчики здороваются» «Волшебные обводилки»- Лабиринт (листок располагается вертикально на магнитной доске; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, рисует фломастерами).</p> <p>Расслабление: «Капель». Прощание</p>

	4-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Кораблики». Массаж/самомассаж: Массаж спины. Разминка «Тянемся к солнышку» Упражнения двигательного репертуара <i>«Освоение балансира»</i> 1. Положение: стоя на <u>коленях</u>: - обе руки положить на грудь; - поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; - нагнуться достать пальцы ног; Ритмирование: «Шаги - прыжки». Растяжки:Растяжки для ног Игра: «Чудесный мешочек» - найди такой же (по форме).</p>
		<p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), сидя. Кинезиологические упражнения для рук: «Листик» - Кулачки – ладошки. «Волшебные обводилки» - «Кораблик пльиви» - волнистые линии (листок располагается вертикально на магнитной доске; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, рисует фломастерами). Расслабление: «Ручей». Прощание</p>
Май	1-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Теплый и холодный ветерок» Массаж/самомассаж: Массаж ладоней и пальцев - «Суджок». Разминка «Ходьба по массажному коврику». Упражнения двигательного репертуара <i>«Освоение балансира» «Комплекс упражнений с мешочками»;</i> 4. Перекидывать предмет из руки в руку, следить за ним глазами, затем глазами и носом. Ритмирование: «Четвереньки - приставные». Растяжки: Растяжки и расслабление рук. «Локоточки» Игра: «Звуковые ловишки». Кинезиологические упражнения для рук: «Травка - зайка» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), стоя. «Волшебные рисунки» - «Травинки» (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Травинка». Прощание</p>

	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок путешествует» Дыхательное упражнение: «Песенка гласных». Массаж/самомассаж: «Жук» - массаж живота. Разминка «Насекомые» Упражнения двигательного репертуара Ритмирование: «Крыло - хвост» лежа - двигаем в сторону пр.ногу и руку, затем лев. руку и ногу, затем разноименные ногу и руку - 5 раз. Растяжки:«Жучок» Игра: «Парочки». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Божья - коровка». «Волшебные рисунки» - «Бабочка» - рисуем крылышки и раскрашиваем (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Бабочка». Прощание</p>
<p>2-я</p>	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка» Дыхательное упражнение: «Вертушка». «Фокус» Массаж/самомассаж: Массаж спины «Дятел» «Разминка «Капли» Упражнения двигательного репертуара <i>«Освоение балансира»</i> 2. <u>Положение:</u> стоя на <u>коленях:</u> обе руки положить на грудь; поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; - нагнуться достать пальцы ног; Ритмирование: «Цыганочка». Растяжки: Разминка и расслабление плеч, мышц шеи Игра «Составляем сказку». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки рука согнута в локте. Кинезиологические упражнения для рук: «Кулак-ребро - ладонь» «Волшебные рисунки» - «Цветок» - дорисуй лепестки (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Цветок». Прощание</p>
	<p>3-я</p>

4-я	<p>Приветствие</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Ветерок».</p> <p>Массаж/самомассаж: легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»), поглаживание ладони другой ладошкой (падают листочки); «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Разминка: «Великан» - ходьба по массажному коврику.</p> <p>Упражнения двигательного репертуара <i>«Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»;</i> 1. Попасть в мишень мячом двумя руками и поймать двумя руками. 2. Попасть в мишень мячом одной рукой Ритмирование: «Лягушка».</p> <p>Растяжки: Разминка и расслабление всего тела Игра: «Мыльные пузыри». «Веселые старты».</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки рука около переносицы.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: повторять выученные, с закрытыми глазами + легко прикушенный язык.</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Забор» - раскрась по образцу (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Сбросим усталость». Прощание</p>
-----	---

Содержание календарно-тематического плана для группы 4-5 лет.

Месяц	Неделя	Содержание занятий
Сентябрь	3-я	<p>Знакомство (в кругу с мячом, педагог подает мяч каждому ребенку, спрашивая его имя, ребенок катит мяч, педагогу называя свое имя).</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок» - знакомимся с артикуляционным аппаратом</p> <p>Дыхательное упражнение: «Носики - курносики» - (вдох-выдох нос-рот). Массаж/самомассаж: «Наши пальчики» подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней - «Наши пальчики».</p> <p>Разминка: «Тянемся к солнышку».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара: Ходьба по коврику - дорожке; ленте; упр - «Самолет», «Качели».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения, стоя на месте, сгибая ногу, хлопает по коленку «Рука-колени» (только левая рука, левая нога; только правая рука правая нога, по переменки) - 5- 10раз</p> <p>Растяжки: 1. Растяжки для тела, «Потягушки».</p> <p>Игра «Карусель»</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Часики»</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Ладушки»</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.1 (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), мелких игрушек (киндер-сюрприз); расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикальное, на стене.</p> <p>Расслабление:</p> <p>«Травинка». Прощание</p>
	4-я	<p>Приветствие</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок едет в огород» Дыхательное упражнение: «Ветерок».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней «ручки замерзли»</p> <p>Разминка: «Покажи овощ солнышку».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Огород».</p> <p>Ритмирование: приставное движения; перекрестное «Ползи в сторону» - 510раз.</p> <p>Растяжки: Растяжки для ног; перекаты - «Тянем, потянем», «Репка» Игра «Сигнал» замирает по сигналу, превращается в овощ.</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Машинка» следить за перемещением в лево, в право, в верх, вниз.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Ладонь-кулак»</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.1 (проведи линии сверху вниз двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе.</p> <p>Расслабление:</p> <p>«Капельки». Прощание</p>

	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Во саду ли в огороде» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней «ручки замерзли» Разминка: «Высоко потянись, до яблочка дотянись». Упражнения двигательного репертуара «Собери овощи» (ребенок берет овощ и доносит до корзинки, продвигаясь, прыжками впрыгивая в два обруча - ноги врозь и выпрыгивая между обручами, ноги вместе) Ритмирование: приставное движения «Ползи в сторону» - 10 раз.</p>
--	--

	<p>Растяжки: Растяжки для рук и спины - «Тянем, потянем фрукт себе достанем» - сидя, не сгибая коленей, наклон вперед. Игра «Чудесный мешочек» - узнай фрукт. Глазодвигательное упражнение «Яблоко на ветке» - следить за перемещением в лево, в право, в верх, вниз. Кинезиологические упражнения для рук: «Яблоки-листочки», «Миксер» «Волшебные обводилки» - рис.1 (проведи линии от краев к центру двумя руками, одновременно (фломастерами)) расположение листа горизонтальное на столе; вертикально. Расслабление: «Листик». Прощание</p>
2-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок в деревне» Дыхательное упражнение: «Коровки мычат». Массаж/самомассаж: потягивания растирание фаланг пальцев ладоней - «Поздоровались котята...»; «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строга вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Великан». Упражнения двигательного репертуара «Домашние животные» Ритмирование: «Рука-нога» лежа, стоя- 5-10 раз. Растяжки: Растяжки и расслабление рук Игра «Посмотри и найди», «Чудесный мешочек» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, стоя. Кинезиологические упражнения для рук: «Лягушка». «Волшебные обводилки» - рис.2 (движение по волнистой линии с помощью пальцев (правой и левой руки), мелких игрушек (киндер-сюрприз) / карандаша, фломастера; - расположение листа горизонтальное на столе/полу. Расслабление: «Животные уснули». Прощание</p>

Октябрь	3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок путешествует» Дыхательное упражнение: «Слон трубит». Массаж/самомассаж: «Лапки» - массаж ног. «Бегемотик» - массаж живота. «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках - 5 раз. Разминка «Жирафа». Упражнения двигательного репертуара «Зоопарк» Ритмирование: «Крыло - хвост» лежа - двигаем в сторону пр. ногу и руку, затем лев. руку и ногу, затем разноименные ногу и руку - 5-10 раз. Растяжки: Растяжка и расслабление мышц шеи - «Любопытные жирафы» Игра: «Чудесный мешочек», «Кого не стало» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, лежа (четыре направления) Кинезиологические упражнения для рук: «Зайчик» «Волшебные обводилки» - рис.4 (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), мелких игрушек (киндер-сюрприз); расположение листа горизонтальное на столе/полу, вертикальные линии движения с низу в верх). Расслабление: «Животные уснули». Прощание</p>
	4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Осенний листик». Массаж/самомассаж: массаж рук, ног и спины с использованием массажных мячиков. Разминка «Ёжик». Упражнения двигательного репертуара «В кулачек... и на бочек» Ритмирование: перекрестные движения Упражнения выполняются стоя на четвереньках. Приставной шаг (одноименные), движение по кругу. Растяжки: 1. Растяжки для тела лежа на спине «Ёжики свернулись» Игра: «Условный сигнал», «По тропинке пройди и грибочки собери» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Колючий ёжик» «Волшебные обводилки» - рис.5 (листок располагается вертикально на магнитной доске; ребенок стоя рисует палочки - колючки). Расслабление: «Сухой листик». Прощание.</p>
Ноябрь	1-я	Приветствие.

		<p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Снежинка».</p> <p>Массаж/самомассаж: «Лапки» - массаж ног. «Ушки»: массируем движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Разминка: «Зайчик в гости собирается».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «След в след», «Длинные и короткие бревнышки» «Освоение балансира»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стоя поднять обе руки вверх и покачаться на ней, затем поднять только правую руку, левую руку, обе руки. 2. Ребенок в положении стоя, ноги на уровне плеч, поворачивается на 360 градусов, медленно переставляя ноги. <p>Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения»</p> <p>Растяжки: Растяжки для ног; перекаты</p> <p>Игра: «Что в мешочке, запомни и назови», «Продолжи ряд»</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнута в локте, сидя.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Зайчик», «Снежинка», «Снежок»</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.6 круги (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки) / обводим карандашами, расположение листа горизонтальное на столе/полу).</p> <p>Расслабление: «Животные уснули».</p> <p>Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика:Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Задуй свечку»</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж ладоней и пальцев с использованием «Суджок»</p>

		<p>Разминка: «Потягивания».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Не ленись»</p> <p>1 блок: «Освоение балансира»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сесть на пол «по-турецки» и покачаться. 2. Сидя «по-турецки» имитировать плавательные двумя руками, затем правой, левой, поочередно. 3. Встать на колени, выполнять наклоны головы вправо, влево, вперед, назад. <p>Ритмирование: перекрестные движения, стоя выставляем ногу и руку вперед попеременно правые, левые, разноименные</p> <p>Растяжки:Растяжки и расслабление рук и ног</p> <p>Игра: «Запомни и повтори несложный ритм». «Сделай как я».</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнута в локте, лежа.</p>
--	--	--

		<p>Кинезиологические упражнения для рук: «Снежок» - «Коза»; «Снежок» - «Лиса»</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.7 «Дождинки» (листок располагается вертикально на магнитной доске. Ребенок стоя, обводит пальчиками / фломастерами).</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Прощание.</p>
	3-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №. «Веселые птички»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Погрей ручки»</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж ладоней/ ног - «Чистые ладошки» / «Птичка», «На лугу, на лугу» - массаж живота.</p> <p>Разминка: «Аист».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>«Хлоп - хлоп»</p> <p><i>«Освоение балансира»</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Встать на колени, выполнять наклоны головы вправо, влево, вперед, назад. 2. Стоя на одной ноге, удерживая равновесие, ловить игрушку, которую педагог кидает ребенку. <p>Ритмирование: перекрестные движения, стоя выставляем ногу и руку назад попеременно правые, левые, разноименные</p> <p>Растяжки: Растяжки и расслабление рук и ног</p> <p>Игра: «Выкладываем птичку» - геометрические фигуры.</p> <p>«Условные сигналы». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнута в локте, лежа.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Клювики»</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.8 «Зернышки» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально).</p> <p>Расслабление: «Перышко».</p> <p>Прощание.</p>
	4-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка» Дыхательное упражнение: «Ветерок».</p> <p>Массаж/самомассаж: легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»), «Стенка- стенка...» Разминка: «Подъемный кран».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p><i>«Освоение балансира»</i></p>

		<p>1. Ребенок в положении сидя на корточках. Покачивающее движение из стороны в сторону головой, затем зафиксировать взгляд на предмете. Круговое вращение головой</p> <p>2. Ребенок в положении стоя. <u>Круговые вращения руками</u>: обе руки в одну сторону; обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны.</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения, стоя выставляем ногу и руку в стороны попеременно правые, левые, разноименные</p> <p>Растяжки: Всего тела.</p> <p>Игра: «Найди фигуру», по сигналу и карточке. «Чудесный мешочек». «Строим башенки». «Составление фигур из палочек» – квадрат, треугольник, домик. Кинезиологические упражнения для рук: «Кулачек на кулачек», «Крыша» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки согнута в локте, лежа. «Волшебные обводилки» - рис.9 «Спираль- дорожка» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа горизонтально) / обводим.</p> <p>Расслабление: «Перышко».</p> <p>Прощание.</p>
Декабрь	1-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок в парке»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вертушка». «Качели»</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж спины «Паровозы»</p> <p>«Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Разминка: «Ай, да малыш».</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>«Освоение балансира»</p> <p>Ребенок в положении стоя. Круговые вращения руками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. <p>2. <u>Положение:</u> стоя на <u>коленях</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки положить на грудь; - поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; - нагнуться достать пальцы ног; - любые движения, которые нравятся ребенку. <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Растяжки: Всего тела.</p> <p>Игра: «Пузырь». «Запомни, назови» «Чудесный мешочек» - найди такой же шарик (материал: деревянный, стеклянный...)</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Кулак-ребро-ладонь».</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением шарика на экране. «Волшебные обводили» - рис.10 «Лабиринт» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально) /обводим.</p> <p>Расслабление: «Шарик сдувается».</p> <p>Прощание.</p>

2-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Ладочки на животе». «Качели» Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем». Массаж – профилактика</p>
-----	--

	<p>заболеваний. Разминка: «Вверх - вниз». Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом в положении сидя, стоя на полу. 1. Подкидывать мешочек, фиксируя взгляд на предмете, который удерживает специалист. 2. Перекидывать мешочек из руки в руку, следить за ним глазами, затем глазами и носом. Ритмирование: «Дракон» Растяжки: «Зайчата» Игра: «Посмотри и повтори» - нейробазис карточки. «Ритмичные дорожки». Кинезиологические упражнения для рук: «Апельсин». «Домик» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением предмета перемещаемого около переносицы «Волшебные обводилки» - рис.11 «Лабиринт» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально) /обводим. Расслабление: «Животные спят». Прощание.</p>
3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с задержкой на 1». Массаж/самомассаж: Массаж ладоней и пальцев - «Веселый карандаш». Массаж – профилактика заболеваний. Разминка «Струночка». Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом стоя на балансире. 1. Положить и поднять мешочек правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно. 2. Перекидывать предмет педагогу, ловить. Ритмирование: «Цыганочка». Растяжки: «Разминаем плечи» Игра: «Найди одинаковые». «Послушай, повтори». «Ритмичные дорожки» -2 Кинезиологические упражнения для</p>

	<p>рук: «Клешни краба». «Колечки». «Волшебные обводилки» - рис.12. (листок располагается вертикально; ребенок сначала изучает, потом копирует узор фломастерами, карандашами; рисунок – дорисовывает елочку Расслабление: «Раскачивающееся дерево». Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок на празднике» Дыхательное упражнение: «Вертушка». «Шторочки» Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем». «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Танец» Упражнения двигательного репертуара «Освоение <i>балансира</i>» 1. Ребенок в положении сидя на корточках, коленках. Покачивающее движение из стороны в сторону головой, затем зафиксировать взгляд на предмете. Круговое вращение головой 2. Ребенок в положении стоя. <u>Круговые вращения руками:</u> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны;</p>
	<p>- по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. 3. <u>Любое положение:</u> стоя, на корточках, <u>на коленях:</u> - обе руки положить на грудь; - поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; - нагнуться достать пальцы ног; - любые движения, которые нравятся ребенку. Ритмирование: перекрестные движения, лежа на спине, сгибаем ногу в колене, руку вверх, попеременно правые, левые, разноименные Растяжки: «Играем в снежки». Игра: «Что изменилось, чего не стало». «Ароматные загадки». «Ритмичные дорожки» -2 Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Змейки» «Пальчики танцуют» «Волшебные обводилки» - рис.13 «Украшаем елочку» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа горизонтально). Расслабление: «Снежинки». Прощание.</p>

Январь	2-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох» - на выдох припеваем гласную. Массаж/самомассаж: Массаж ладоней и пальцев - «Суджок». Массаж – профилактика заболеваний. Разминка «Вверх - вниз» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом. 1. Положить и поднять мешочек правой, левой рукой, попеременно, двумя руками одновременно. 2. Перекидывать один мешочек друг другу по очереди. 3. Подкидывать мешочек и следить за ним глазами. 4. Перекидывать предмет из руки в руку, следить за ним глазами, затем глазами и носом. Ритмирование: «Приставной шаг» Растяжки: «Локоток» Игра: «Звуковые ловишки». «Хитрые мячики». «Повтори за мной» Кинезиологические упражнения для рук: «Семья» - пальчиковая гимнастика, «Окошки» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), стоя. «Волшебные обводилки» - рис. «Лабиринты» (листок располагается вертикально; ребенок сначала изучает, потом копирует узор фломастерами, карандашами) Расслабление: «Колыбельная». Прощание.</p>
	3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка» Дыхательное упражнение: «Собачка». «Вдох - выдох» - с языком. Массаж/самомассаж: Массаж спины - «Новый стол». Массаж ног и стоп. Разминка: «Снежинки» Упражнения двигательного репертуара «Освоение балансира» 1. Круговые вращения руками:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. <p>«Комплекс упражнений с мешочками с крупой»;</p> <p>1. Ребенок, стоя, перекладывает один мешочек с руки на руку, над головой, сзади, спереди под коленями, под правым, под левым коленом.</p> <p>Ритмирование: Ползание - одноименные рука, нога.</p> <p>Растяжки: «Лягушка».</p> <p>Игра: «Группировки по... (цвету, размеру, форме)». «Угадай звук» Глазодвигательное упражнение «Куда листик снежинка» следить за перемещением на плакате - тренажер Базарного В.Ф.</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис. «Спираль» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа горизонтально).</p> <p>Расслабление: «Снежинка».</p> <p>Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Вдох - выдох» - с ногой.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем». Массаж – профилактика заболеваний. Разминка: «Звезда»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара 2-й «Комплекс упражнений с мешочками»;</p> <p>1. Ловить мешочки двумя руками.</p> <p>2. Ребенок, стоя, удерживает мешочек на голове, удерживает два мешочка на плечах и одновременно выполнять действия руками (<i>хлопки, вращения, подбрасывать, ловить мешочки</i>).</p> <p>Ритмирование: «Прыжки»</p> <p>Растяжки: «Зайчата»</p> <p>Игра: «Посмотри и повтори» - нейробазис карточки. «Кот и мышцы» «Разложи фасоль»</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Апельсин».</p> <p>«Домик» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением предмета перемещаемого около переносицы</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Забор» рисование (правой и левой рукой) вертикальных линий, - расположение листа горизонтально/вертикально.</p> <p>Расслабление: «Воробушек».</p> <p>Прощание.</p>

Февраль	1-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с задержкой на 1».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук с помощью ореха, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук.</p> <p>Разминка «Облако»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; 1. Ловить мешочки двумя руками. 2. Ребенок, стоя, удерживает мешочек на голове, удерживает два мешочка на плечах и одновременно выполнять действия руками (<i>хлопки, вращения, подбрасывать, ловить мешочки</i>).</p>
---------	-----	--

		<p>Ритмирование: «Сигнальщики» Растяжки: «Разминаем плечи» Игра: «1,2 или3,- столько в руки ты возьми». «Хлопни как я». «Ритмичные дорожки».</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Кулак-ребро-ладонь». «Колечки». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), лежа.</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Штрихи» рисование (правой и левой рукой) горизонтальных линий, - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление:«Дракон»</p> <p>Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: «Язычок проснулся» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с задержкой на 2». Массаж/самомассаж: Массаж лица и головы - «прогулка». Разминка «Зарядка»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мячом – маятником»; Подкидывать мешочек и следить за ним глазами и носом. Подбивать мячик (<i>движение вверх</i>) раскрытой ладонью, как можно большее количество раз за минуту, двумя руками одной рукой, другой, поочередно. Перебрасывать и ловить разными руками, поочередно.</p> <p>Ритмирование: «Лыжник». Растяжки: «Кошка - собака» Игра: «Классики». «Послушай, повтори». «Строим башенки». Кинезиологические упражнения для рук: «Улитка», «Колечки» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), сидя.</p>

	<p>«Волшебные рисунки» - «Горки» рисование (правой и левой рукой) - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление: «Улитка в домике». Прощание.</p>
3-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох с подниманием ноги». Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики» Разминка «Это я уже большой» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; 1. Ловить мешочки двумя руками. 2. Ребенок, стоя, удерживает мешочек на голове, удерживает два мешочка на плечах и одновременно выполнять действия руками (<i>хлопки, вращения, подбрасывать, ловить мешочки</i>). Ритмирование: «Ушко-носик» (первый вариант без хлопка). Растяжки: «Замочки» Игра: «Колпачки». «Звездочки». «Дорожки». «Волшебный ряд». Кинезиологические упражнения для рук: «Апельсин». «Вертушка». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением предмета, перемещаемого около переносицы, лежа «Волшебные раскраски» - раскрась, только круги (правой и левой рукой), - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление: «Шарик сдувается». Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Грусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное</p>

		<p>надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»), поглаживание ладони другой ладошкой (падают листочки); «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Великан» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; 1. Ловить мешочки двумя руками. 2. Ребенок, стоя, удерживает мешочек на голове, удерживает два мешочка на плечах и одновременно выполнять действия руками (хлопки, вращения, подбрасывать, ловить мешочки). Ритмирование: «Ушко-носик» с хлопком. Растяжки: «Крылья птицы» Игра: «Цветные клубочки». Кинезиологические упражнения для рук: «Ножницы». «Стульчики» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), стоя. «Волшебные раскраски» - раскрась, только квадраты (правой и левой рукой), - расположение листа горизонтально/ вертикально. Расслабление: «Потянулись-сломались» Прощание.</p>
Март	1-я	<p>Приветствие. Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Вдох - выдох» - со сгибанием рук. Массаж/самомассаж: Массаж спины «Рельсы» «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка «Ходьба по массажному коврику» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мешочками»; 1. Ловить мешочки двумя руками. 2. Ребенок, стоя, удерживает мешочек на голове, удерживает два мешочка на плечах и одновременно выполнять действия руками (хлопки, вращения, подбрасывать, ловить мешочки). Ритмирование: «Плечи» без хлопка. Растяжки: Перекаты головы Игра: «Цветные клубочки». «Прыгай не зевай». «Ритмические дорожки» Кинезиологические упражнения для рук: «Зеркальце и полочка», «Стульчик - столик»</p>

		<p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением зайчика на плакате - тренажер Базарного В.Ф.</p> <p>«Волшебные раскраски» - раскрась, только треугольники (правой и левой рукой), - расположение листа горизонтально/вертикально. Расслабление: «Потянулись-сломались»</p> <p>Прощание.</p>
	2-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: «Язычок проснулся»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох» с задержкой на 2.</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж лица и головы - «Стенка, стенка, потолок...».</p> <p>Разминка «Зарядка»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>«Комплекс упражнений с набором мячей»;</p> <p>1. Присесть и положить мяч на пол, поднять мяч с пола. Катать мяч по ноге (поочередно левой, правой, от бедра к лодыжке и обратно, прижимая мяч ладонью. Ловить и бросать мяч от педагога (без отскока)</p> <p>Ритмирование: «Плечи» с хлопком.</p> <p>Растяжки: «Утиный хвостик»</p> <p>Игра: «Найди фигуру» - по карточке. «Найди все мячики». «Составление фигур из палочек» – квадрат, треугольник, домик.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Лягушка» - (пробовать с закрытыми глазами).</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), лежа.</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Домик» рисование (правой и левой рукой) - расположение листа горизонтально/ вертикально.</p> <p>Расслабление: «Поза покоя».</p> <p>Прощание.</p>

3-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Холодный и теплый ветерок1».</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж живота - «Мы печем». Массаж – профилактика заболеваний.</p> <p>Разминка «Снежинки»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>Ритмирование: «Сигнальщики».</p> <p>Растяжки: «Вращения ног». «Лягание» ногой.</p> <p>Игра: «1,2 или3,- столько в руки ты возьми». «Чего не стало». «Ритмичные дорожки».</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука вытянута), лежа.</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Дождинки» рисование (правой и левой рукой) горизонтальных линий, - расположение листа горизонтально/вертикально.</p> <p>Расслабление: «Сбросим усталость».</p> <p>Прощание.</p>
4-я	<p>Приветствие.</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Кораблик». «Буря»</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж спины «Паровозы»</p> <p>«Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Разминка: «Ай, да малыш»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>«Освоение балансира»</p> <p>1. Ребенок в положении стоя. Круговые вращения руками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. <p>2. Положение: стоя на коленях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки положить на грудь; - поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; - нагнуться достать пальцы ног; - любые движения, которые нравятся ребенку. <p>«Комплекс упражнений с набором мячей»;</p> <p>1. Присесть и положить мяч на пол, поднять мяч с пола.</p> <p>2. Катать мяч по ноге (поочередно левой, правой, от бедра к лодыжке и обратно, прижимая мяч ладонью.</p> <p>3. Ловить и бросать мяч от педагога (без отскока Ритмирование: «Коленки».</p> <p>Растяжки: Повороты в стороны</p> <p>Игра: «Пузырь» «Запомни, назови» «Ритмичные дорожки»</p>

		<p>Кинезиологические упражнения для рук: «Мы топали, мы бегали». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением машины на экране. «Волшебные обводили» - рис. «Лабиринт» (изучение узора с помощью пальцев (правой и левой руки), расположение листа вертикально) /обводим. Расслабление: «Шарик сдувается». Прощание.</p>
Апрель	1-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок в лесу» Дыхательное упражнение: «Покачай игрушку». Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); катаем карандаш ладошками. Разминка: «Тянемся к солнышку» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с набором мячей»; 1. Ловить и бросать мяч от педагога (<i>без отскока</i>). Для увеличения сложности задаем разные цели. Растяжки: «Сорока-белобока» Игра: «Сигналы». «Собери картинку» - с блоками Дьенеша. Глазодвигательное упражнение «восьмерки на плакате - тренажер Базарного В.Ф. Кинезиологические упражнения для рук: «Ладонь-кулак» повторять с закрытыми глазами. «Волшебные рисунки» - проведи линии сверху вниз (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Капельки». Прощание</p>

	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Трусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»), поглаживание ладони другой ладошкой (падают листочки); массаж стоп. Разминка «Деревья» Упражнения двигательного репертуара <i>«Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»;</i> 1. Педагог называет слово, а ребенок должен попасть в цвет, который соответствует этому слову (<i>солнце – желтый, трава – зеленый, язык – красный и т. п.</i>). 2. Попасть мячиком во все квадраты (<i>круги, треугольники</i>). Ритмирование: перекрестные движения «Рука - нога» лежа поднимаем руки, ноги, правую и руку, затем левую руку и ногу, затем разноименные ногу и руку – 5-10 раз. Растяжки: «Росток» Игра: «Цветные круги» - сортировка по цвету. «Чудесный мешочек» - найди фигуру с блоками Дьенеша. Глазодвигательное упражнение «Куда листик полетел» следить за перемещением листика на плакате - тренажер Базарного В.Ф. Кинезиологические упражнения для рук: повторять все выученные упражнения с закрытыми глазами «Волшебные рисунки» - Раскрашиваем кирпичики красными и синими цветами (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Сбросим усталость». Прощание</p>
2-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №2. 1. «Футбол» 2. «Непослушный язычок» 3. «Лопаточка» 4. «Иголочка» 5. «Часики» 6. «Качели» Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох» с задержкой на 2 Массаж/самомассаж: «Точки здоровья». «Мытье головы». «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка «Птички» Упражнения двигательного репертуара <i>«Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»;</i> 1. Попасть в мишень мячом двумя руками и поймать двумя руками. 2. Попасть в мишень мячом одной рукой 3. Попасть мячиком во все квадраты (<i>круги, треугольники</i>).</p>
3-я	

	<p>4. Педагог называет слово, а ребенок должен попасть в форму, которая ближе всего соответствует этому слову (<i>мяч – круг, гора – треугольник, окно – квадрат</i>).</p> <p>Ритмирование: «Здравствуй, ушки!».</p> <p>Растяжки: «Крючки»</p> <p>Игра: «Сортируем по размеру» - с блоками Дьенеша. «Ритмические дорожки». «Капель» - слушай, повторяй.</p> <p>Глазодвигательное упражнение «Куда листик полетел» следить за перемещением листика на плакате - тренажер Базарного В.Ф.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Ножницы», «Пальчики здороваются»</p> <p>«Волшебные обводилки» - Лабиринт (листок располагается вертикально на магнитной доске; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, рисует фломастерами).</p> <p>Расслабление: «Капель».</p> <p>Прощание</p>
4-я	<p>Приветствие</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Кораблики».</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж живота. Массаж спины.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Попасть в мишень мячом двумя руками и поймать двумя руками. 2. Попасть в мишень мячом одной рукой 3. Попасть мячиком во все квадраты (круги, треугольники). 4. Педагог называет слово, а ребенок должен попасть в форму, которая ближе всего соответствует этому слову (<i>мяч – круг, гора – треугольник, окно – квадрат</i>). <p>Ритмирование: «Шаги - прыжки».</p> <p>Растяжки: Растяжки для ног</p> <p>Игра: «Дорожки», «Чудесный мешочек» - найди такой же (по материалу).</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), сидя.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Листик» - Кулачки – ладошки. «Волна».</p> <p>«Волшебные обводилки» - «Кораблик плыви» - волнистые линии (листок располагается вертикально на магнитной доске; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, рисует фломастерами).</p> <p>Расслабление: «Ручей».</p> <p>Прощание</p>

Май	1-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №4. «Рисунок гласных звуков» Дыхательное упражнение: «Теплый и холодный ветерок» Массаж/само массаж: Массаж ладоней и пальцев - «Суджок». Массаж – профилактика заболеваний. Разминка «Ходьба по массажному коврику». Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»; 1. Попасты в мишень мячом двумя руками и поймать двумя руками. 2. Попасты в мишень мячом одной рукой 3. Попасты мячиком во все квадраты (круги, треугольники). 4. Педагог называет слово, а ребенок должен попасты в форму, которая ближе всего соответствует этому слову (мяч – круг, гора – треугольник, окно – квадрат). Ритмирование: «Четвереньки - приставные». Растяжки: Растяжки и расслабление рук. «Локоточки»»</p>
-----	-----	---

		<p>Игра: «Звуковые ловишки». «Хитрые мячики». «Кто позвал?» Кинезиологические упражнения для рук: «Травка - заяка» Глазодвигательное упражнение следить за перемещением руки (рука согнута в локте), стоя. «Волшебные рисунки» - «Травинки» (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Травинка». Прощание</p>
	2-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: «Веселый язычок путешествует» Дыхательное упражнение: «Песенка гласных». Массаж/само массаж: «Лапки» - массаж ног. «Жук» - массаж живота. Разминка «Насекомые» Упражнения двигательного репертуара «Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»; 1. Попасты в мишень мячом двумя руками и поймать двумя руками. 2. Попасты в мишень мячом одной рукой 3. Попасты мячиком во все квадраты (круги, треугольники). 4. Педагог называет слово, а ребенок должен попасты в форму, которая ближе всего соответствует этому слову (мяч – круг, гора – треугольник, окно – квадрат). Ритмирование: «Крыло - хвост» лежа - двигаем в сторону пр. ногу и руку, затем лев. руку и ногу, затем разноименные ногу и руку - 5-10 раз. Растяжки: «Жучок» Игра: «Парочки». «Муха». «Собери картинки». «Веселые старты». Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки на вытянутой руке, лежа. Кинезиологические упражнения для рук: «Червячки». «Божья - коровка». «Волшебные рисунки» - «Бабочка» - рисуем крылышки и раскрашиваем (двумя руками) расположение листа</p>

		<p>горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Бабочка». Прощание</p>
--	--	--

	3-я	<p>Приветствие</p> <p>Артикуляторная гимнастика: Комплекс №1. «Грусливый птенчик» 2. «Акула» 3. Покусывание /почесывание губ зубами 4. Одновременное и попеременное надувание щек 5. «Улыбка — хоботок» 6. «Заборчик — трубочка»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Вертушка». «Фокус»</p> <p>Массаж/самомассаж: Массаж спины «Дятел» «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Разминка «Капли»</p> <p>Упражнения двигательного репертуара</p> <p>«Освоение балансира»</p> <p>1. Ребенок в положении стоя. Круговые вращения руками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки в одну сторону; - обе руки в разные стороны; - по очереди в одну сторону; - по очереди в разные стороны. <p>2. Положение: стоя на коленях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обе руки положить на грудь; - поднять руки над головой; - вытянуть прямые руки в сторону; - нагнуться достать пальцы ног; <p>любые движения, которые нравятся ребенку</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Растяжки: Разминка и расслабление плеч, мышц шеи</p> <p>Игра «Я знаю пять имен мальчиков...». «Составляем сказку».</p> <p>Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки рука согнута в локте.</p> <p>Кинезиологические упражнения для рук: «Кулак-ребро-ладонь», «Проглот» (с платочком)</p> <p>«Волшебные рисунки» - «Цветок» - дорисуй лепестки (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Цветок». Прощание</p>
--	-----	--

	4-я	<p>Приветствие Артикуляторная гимнастика: Комплекс №3 1. «Оближем губки» 2. «Почистим зубки» 3. «Вкусное варенье» 4. «Блинчик» 5 «Чашечка» Дыхательное упражнение: «Ветерок». Массаж/самомассаж: легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»), поглаживание ладони другой ладошкой (падают листочки); «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз. Разминка: «Великан» - ходьба по массажному коврику. Упражнения двигательного репертуара 6-й блок: «Комплекс упражнений с мишенью обратной связи»; 1. Попасть в мишень мячом двумя руками и поймать двумя руками. 2. Попасть в мишень мячом одной рукой 3. Попасть мячиком во все квадраты (<i>круги, треугольники</i>). 4. Педагог называет слово, а ребенок должен попасть в форму, которая ближе всего соответствует этому слову (<i>мяч – круг, гора – треугольник, окно – квадрат</i>). Ритмирование: «Лягушка». Растяжки: Разминка и расслабление всего тела Игра: «Мыльные пузыри». «Веселые старты». «Слушай, повторяй». «Сделай так» - карточки Глазодвигательное упражнение следить за перемещением игрушки рука около</p>
		<p>переносицы. Кинезиологические упражнения для рук: повторять выученные, с закрытыми глазами + легко прикушенный язык. «Волшебные рисунки» - «Забор» - раскрась по образцу (двумя руками) расположение листа горизонтальное на столе/полу; вертикально на стене. Расслабление: «Сбросим усталость». Прощание</p>

Материально-техническое обеспечение

Занятия проходят в музыкальном зале с ковровым покрытием.

Оснащение занятий зависит от соответствующей темы и может видоизменяться, оснащение соответствует требованиям безопасности эксплуатации в детском возрасте.

Базовое оснащение занятий включает в себя:

- Развивающие игры, карточки, задания;
- Игрушки, муляжи
- Скакалки, гимнастические ленточки
- Массажные мячи
- Мячи различного размера
- Образцы природных материалов: крупы, листья и т.п.
- Бинокль
- Компасы
- Коллекция видов тканей
- Деревянные часы, песочные часы
- Бумага
- Набор пластиковых овощей и фруктов
- Воздушные шары
- Гимнастические коврики
- Набор «Конструктор»
- Деревянные ложки
- Обручи
- Пирамидки, стаканчики
- Карандаши, фломастеры
- Наборы «Домашние животные», «Дикие животные», «Животные севера», «Животные Африки»

2.3. Инструментарий для нейроmotorной диагностики

Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
-------	-------	--	------	-------------------

<p>Удержание равновесия с открытыми глазами</p>	<p>0 1 2 3 4</p>	<p>Норма: от 8 секунд с 4 лет</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Потеря равновесия • Раскачивание • Отведение рук в сторону □ □ кривится лицо □ □ высовывает язык 	<p>Позиция – стоя. Стоять прямо, ноги вместе, руки по бокам, смотреть прямо</p>	<p>0 – никаких отклонений</p> <p>1 – легкое раскачивание, не значительное движение рук, легкое искажение лица, участие языка</p> <p>2 – более заметное раскачивание, более заметные движения рук, лица, язык</p> <p>3 – почти полная потеря равновесия, помогает себе руками</p> <p>4 – полная потеря равновесия</p>
--	------------------	---	---	--

Удержание равновесия с закрытыми глазами	0 1 2 3 4	Норма: от 8 секунд с 4 лет Наблюдаемые отклонения: <ul style="list-style-type: none"> • Потеря равновесия • Раскачивание • Отведение рук в сторону • Кривится лицо • Высовывает язык 	Позиция – стоя. Стоять прямо, ноги вместе, руки по бокам, смотреть прямо. Просим ребенка закрыть глаза	0 – никаких отклонений 1 – легкое раскачивание, незначительное движение рук, легкое искажение лица, участие языка 2 – более заметное раскачивание, более заметные движения рук, лица, язык 3 – почти полная потеря равновесия, помогает себе руками 4 – полная потеря равновесия
---	-----------	---	---	--

Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
-------	-------	--------------------------------------	------	----------------

<p>Пересечение срединной линии 1</p>	<p>0 1 2 3 4</p>	<p>Норма: свободное пересечение</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Не пересекает срединную линию • Смещение одной руки к срединной линии • Роняет предмет • Потеря равновесия 	<p>Тестирование стоя. Ноги вместе, руки согнуты на угол 90* к плечу. В одну руку кладем мяч и просим переложить мяч в другую руку так, чтобы была пере сечена срединная линия. Повторяем 4 раза в обе стороны</p>	<p>0 – нет отклонений 1 – незначительные колебания рук и потеря равновесия 2 – сложно пересекать срединную линию одной/другой рукой, потеря равновесия 3 – переключение на срединной линии, потеря равновесия, движение языком, сведение глаз 4 – не смог выполнить, потеря равновесия</p>
---	------------------	--	---	--

<p>Пересечение срединной линии 2</p>	<p>0 1 2 3 4</p>	<p>Норма: свободное пересечение</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сложно пересекать срединную линию • Движения языком • Задействует все тело • Потеря равновесия 	<p>Тестирование стоя. Ноги вместе. Просим поднять правую руку и, согнув ее над головой, коснуться мочки уха. Затем рука возвращается в ИП. Затем движение другой рукой.</p>	<p>0 – нет отклонений 1 – незначительные потеря равновесия, затруднения при пересечении срединной линии 2 – сложно пересекать срединную линию одной/другой рукой, потеря равновесия 3 – Почти потеря равновесия, тело явно участвует в движении и 4 – не смог выполнить, потеря равновесия</p>
---	------------------	--	---	--

Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
-------	-------	---	------	----------------

Ползание на четвереньках	0 1 2 3 4	<p>Норма: синхронные кросс латеральные (пере крестный шаг).</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «кроличьи прыжки» • Одностороннее ползание • нет синхронизации верхней и нижней частей тела по времени • Поворот кистей на 45* • Пальцы рук подняты, вытянуты или опираются на кончики <p>Кисти сжаты в кулаки Ступни подняты от пола</p>	<p>ИП – на четвереньках. Просим ребенка поднять голову и посмотреть на какой-нибудь предмет вдали на уровне глаз. Просим его медленно ползти вперед, смотря на этот предмет (около 4-5 метров), за тем развернуться и проползти обратно на исходное место</p>	<p>0 – нет отклонений 1 – замечено 1 отклонения 2 – замечено 2 отклонения 3 – замечено 3 отклонения 4 – замечено 4 отклонения</p>
Противопоставление большого пальца пальцам руки	0 1 2 3 4	<p>Норма: свободное ловкое движение. Пальцы на «пассивной» руке не двигаются</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Синкинетические движения (зеркальное повторение) □ □ Неспособность вы полнить последовательное движение • Потеря способности к соединению большого и другого пальца 	<p>ИП – стоя. Ребенок встает прямо, ноги вместе. По просите ребенка согнуть руку в локте так, чтобы предплечье и кисть располагались перед ним под углом 45*. При этом ладонь направлена к лицу. Другая рука свободна. Ребенок соединяет большой и указательный пальцы так. Чтобы получилось колечко. Демонстрируем ребенку позу. Необходимо 5 повторов. Затем 5 повторов со средним, безымянным,</p>	<p>0 – нет 1 – незначительные зеркальные движения другой рукой и/или незначительная потеря равновесия 2 – более заметные зеркальные движения, неточность движений пальцев 3 – значительные зеркальные движения, неспособность соединить большой палец с другими 4 – не смог выполнить задание.</p>

			мизинцем. То же со второй рукой.	
--	--	--	----------------------------------	--

Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
Удержание равновесия на правой ноге	0 1 2 3 4	Норма: 3 года – 2 секунды. 4 года – 4,8 секунд. 5 лет – 8 секунд. 6 лет – 20 секунд. 8 лет – 30 секунд. Наблюдаемые отклонения: • Компенсаторные или избыточные движения рта • Компенсаторные или избыточные движения рук • Компенсаторные или избыточные движения кистей • Компенсаторные или избыточные движения противоположной ноги	ИП – стоя. Просим ребенка встать на 1 ногу и сохранять положение как это возможно. Глаза открыты. Засекаем время (до потери равновесия или опоры на вторую ногу)	0 – никаких отклонений 1 – на 2 секунды меньше нормативного времени 2 – на 4 секунды меньше нормативного времени 3 – на 6 секунд меньше нормативного времени 4 – на 8 секунд меньше нормативного времени
Удержание равновесия на левой ноге	0 1 2 3 4	то же	то же	то же
Ассиметричный шейный тонический рефлекс	0 1 2 3 4	Норма: при повороте головы не наблюдается никаких движений рук, тела Наблюдаемые отклонения: • При повороте головы направо левая рука сгибается в локте • При повороте головы налево правая рука сгибается в локте	ИП – на четвереньках. Голова на одной линии с позвоночником. Просим ребенка медленно повернуть голову направо, удерживая при этом голову параллельно линии плеч и задержаться в этом положении на 5-10 секунд. Вернуться в ИП. Пауза 5-	0 – никаких отклонений 1 – незначительное сгибание противоположной руки или движение плеча, таза 2 – заметное сгибание противоположной

		<ul style="list-style-type: none"> • Движение плеча <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Движение бедра 	10 секунд. После этого следует повернуть голову налево. Задержаться на 5-10 секунд. 4 раза повторяем последовательность.	руки или движение плеча, таза 3- ярко выраженное сгибание противоположной руки или движение плеча, таза 4 – полное сгибание противоположной руки, движения таза
Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
Лабиринтный тонический рефлекс	0 1 2 3 4	<p>Норма: при движении головы тело неподвижно без потери равновесия</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Теряется равновесие <input type="checkbox"/> сгибаются колени <input type="checkbox"/> Пальцы ног сгибаются <input type="checkbox"/> <p>Головокружение, тошнота</p>	<p>ИП – стоя, тестирующий стоит сзади или рядом с ребенком на протяжении всей процедуры тестирования.</p> <p>Движение головы может вызвать потерю равновесия.</p> <p>Просим ребенка встать прямо, ноги вместе, руки вдоль тела. Просим ребенка медленно отклонить голову назад, как будто он смотрит в потолок и затем закрыть глаза.</p> <p>В этом положении стоять 10 секунд. Просим медленно опустить голову вниз, будто нужно посмотреть на свои ноги. Пауза 10 секунд.</p> <p>Повторяем 5-6 раз.</p>	<p>0 – нет отклонений</p> <p>1 - Незначительно нарушение равновесия, изменения мышечного тонуса</p> <p>2- Значительно нарушение равновесия, изменения мышечного тонуса</p> <p>3- Практически полное нарушение равновесия, изменения мышечного тонуса, дезориентация</p> <p>4 - Полная потеря равновесия, яркое изменения</p>

				мышечного тонуса, дезориентация
Симметричный шейный тонический рефлекс	0 1 2 3 4	Норма: при движении головы тело неподвижно Наблюдаемые отклонения: При опускании головы вниз сгибаются руки при опускании головы вниз поднимаются стопы <input type="checkbox"/> При подъеме головы вверх движения туловища назад как будто хочет сесть на пятки	ИП – на четвереньках. Голова на одной линии с позвоночником. Просим ребенка медленно опустить голову так, будто он смотрит между коленями на пятки. Задержаться в этом положении на 5-10 секунд. Затем поднять голову так, будто он хочет посмотреть на потолок. Задержаться на 5-10 секунд. Просим сохранить тело неподвижным. 6 раз повторяем последовательность	0 – нет отклонений 1 – дрожание одной или обеих рук, незначительное движение тазом 2 – сгибание рук в локте или ног в области таза, выгибание спины 3 – ярко выраженное сгибание рук при наклоне головы вниз 4 – при наклоне головы вниз, ребенок полностью сгибает руки, касаясь пола. При наклоне вверх садится на пятки

Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
Рисование линий и кругов	0 1 2 3 4	<p>Норма: может успешно перерисо вать: Вертикальную линию с 4 лет Горизонтальную линию с 4 лет Диагональные линии с 4,5 лет Круг по часовой стрелке с 3 лет Круг против часовой стрелки с 5 лет</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Заметен наклон вертикальной линии влево или вправо • Вертикальная и горизонтальная линии не прямые • Заметно влияние карандаша • Рисует линии одним движением □ □ рисует линии не сколькими сливающимися штрихами • Может нарисовать диагональные линии 	<p>Просим перерисовать фигуры. За тем просим нарисовать круг по часовой стрелке. Второй круг против часовой стрелки на том же листе</p>	<p>0 – выполнил все рисунки по возрасту 1 – во всех рисунках заметно, что дрожала рука или был от мечен неправил ьный захват карандаша 2 – ребенок вы полнил 3 рисунка из болеемладше го возраста 3 – ребенок смог выполнить только первые 2 рисунка 4 – не смог вы полнить ни одной фигуры</p>

Проба	Баллы	Наблюдения (подчеркните наблюдаемое)	Поза	Подсчет баллов
Зрительно моторная интеграция	0 1 2 3 4	<p>Норма: может успешно пере рисовать: Знак плюс с 3,5 лет Квадрат с 4 лет Знак Х с 4,5 лет Треугольник с 6 лет Британский флаг с 6,5 лет</p> <p>Наблюдаемые отклонения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ребенок неузнаваемо воспроизводит рисунок по возрасту <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/> Неправильно держит карандаш • Неудовлетворен своим рисунком и просит ластик • Сложно завершить работу <input type="checkbox"/><input type="checkbox"/> Фигуры не соответствуют размеру • Расположение и ориентация фигур не соответствует расположению 		0 – выполнил все рисунки по возрасту 1 – во всех рисунках заметно, что дрожала рука или был отмечен неправильный захват карандаша 2 – ребенок выполнил 3 рисунка из более младшего возраста 3 – ребенок смог выполнить только первые 2 рисунка 4 – не смог выполнить ни одной фигуры

2.5. Воспитательный компонент

Основными формами воспитания могут быть: беседа, практическое занятие, мастер – класс, творческая встреча, защита проектов, деловая игра, экскурсия, тренинги, туристские прогулки, походы и другие формы взаимодействия обучающихся.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы

одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания:

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Методами оценки результативности реализации программы в части воспитания является педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросы.

Календарный план воспитательной работы представлен перечнем запланированных воспитательно-значимых событий, утвержденных в программе воспитания учреждения.

Взаимодействие с родителями

В рамках реализации программы особое значение имеет взаимодействие с родителями. Благополучное психическое развитие ребенка зависит прежде всего от следования системе и режиму занятий. Таким образом, предполагается активное формирование и деятельность в рамках триады «педагог-ребенок-родитель».

Формат взаимодействия с родителями можно условно разделить на две категории: пассивное взаимодействие и активное взаимодействие. В рамках первого вида педагогом составляется наглядная информация о работе кружка, общие рекомендации о домашнем режиме выполнения упражнений, предлагается список актуальной литературы. Активный формат взаимодействия с родителями предполагает индивидуальные консультации (по запросу) по вопросам выполнения ребенком заданий, обсуждению домашней активности. Родители имеют право на предоставление полной и исчерпывающей информации о ребенке, его актуальном развитии и зоне ближайшего развития; получении рекомендаций.

2.6. Список литературы

- 1.Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста / Под. Ред. Л.С. Цветковой.
- 2.Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Школа внимания. Методика развития и коррекции внимания у детей 5-7 лет. – М.: Теревинф, 2004
- 3.Бондаренко А.К. Словесные игры в детском саду. М.: Просвещение, 1974
- 4.Выготский Л.С. Проблемы развития психики. ПСС. Т.№. М., Педагогика, 1983
- 5.Кузнецова А.Е. Лучшие развивающие игры для детей 3-7 лет. – М.: РИПОЛ классик,
- 6.Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека. – СПб.: Питер, 2008
- 7.Микадзе Ю.В. Нейропсихология детского возраста. _ СПб.: Питер, 2008
- 8.Нейропсихологическая профилактика и коррекция. Дошкольники.А.В.Семенович. М, Дрофа, 2014
- 9.Плотникова Н.В. Игры на сплочение детского коллектива. – СПб: Речь, 2012
- 10.Речедвигательная ритмика / под.ред. А.Я. Мухиной. – М.:АСТ, 2009
- 11.Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста – 3-е издание. М.,
- 12.Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. М.: Академия, 2002
- 13.Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза – 5-е издание. – М., Генезис, 2013
- 14.Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие внимания и воображения дошкольников. – Ярославль: «Академия развития», 1998
- 15.Швайко Г.С. Игры и игровые упражнения для развития речи. – 2-е изд. – М.: «Просвещение», 1988

Первая группа упражнений для мозга – движения, пересекающие среднюю линию тела.

1. Перекрестные шаги

Шагайте на месте касаясь правым предплечье левого бедра и наоборот. При этом стараемся нести плечо к бедру, а не локоть к коленке, а голова немного поворачивается по ходу движения. При выполнении упражнения не зажимаем рот, губы должны быть свободны и расслаблены.

Для детей скорость выполнения упражнения не важна. Взрослым на первых порах необходимо делать упражнение медленно, чтобы хорошо прочувствовать и услышать свое тело.

2. Ленивые восьмерки

Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, стопы параллельны. Вытяните перед собой правую руку, сжатую в кулак с выпрямленным большим пальцем. Взгляд направлен на кончик пальца. Начиная движение вправо-вверх рисуем перед собой в воздухе ленивую (горизонтальную) восьмерку. Середина восьмерки должна быть на одном уровне с срединной линией вашего тела. Старайтесь рисовать максимально круглую восьмерку. Неважно будет ли она у вас большой или маленькой, главное, чтобы она была круглой. Взгляд все время направлен на кончик большого пальца. Выполнив упражнение несколько раз меняем руки. Левая рука начинает движение влево-вверх. Также делаем несколько раз. После этого сцепляем две руки вместе в замок, большие пальцы перекрещены и делаем ленивую восьмерку двумя руками. Взгляд не отрываем от перекрестья больших пальцев. Головой не вертим, следим только глазами.

Дети могут тоже упражнение рисовать карандашом на бумаге или доске.

3. Слон

Встаньте прямо, немного согните ноги в коленях, прижмите правое ухо к правому плечу и вытяните правую руку вперед. Вытянутой рукой рисуем в воздухе горизонтальную восьмерку начиная от центра и вправо-вверх. Глаза следят за кончиками пальцев. Двигается только верхняя часть туловища. Выполнив упражнение несколько раз меняем руки.

4. Колпак для думания

Берем себя за уши. Большой палец сзади, а указательный впереди. Массируем себя как бы слегка растягивая уши и выворачивая их назад, каждую точку на кромке ушной раковины. Затем поворачиваем голову максимально вправо, снова берем себя за уши и продолжаем массировать позволяя своей голове поворачиваться все дальше и дальше вправо. Как только голова остановится, поворачиваем ее до упора влево и снова массируем уши позволяя голове поворачиваться, но на этот раз уже влево.

5. Рокер

Это упражнение нейрогимнастики является вариантом ленивых восьмерок, но выполняется на полу и ногами. Для выполнения упражнения необходимо сесть на пол или на коврик. Откиньтесь назад и обопритесь на руки. Ноги согните в коленях. Коленями выполняйте движение по восьмерке, рисуя ее в горизонтальной плоскости.

6. Энергизатор

Последнее в этой группе упражнение для мозга хорошо выполнять в конце рабочего дня для расслабления. Сядьте и положите руки на стол ладонями вниз. Опустите голову

между вашими руками, коснувшись стола лбом. Сделайте выдох, а затем глубокий вдох, наполняя воздухом всю грудную клетку. Затем, легко не напрягаясь, поднимите голову, начиная со лба, шею и верхнюю часть туловища. Плечи и нижнюю часть туловища держите расслабленными. Выдохните и опустите подбородок на грудь, стараясь максимально расслабить и как бы удлинить задние мышцы шеи и спины. Оставайтесь расслабленными и дышите ровно и спокойно.

Время выполнения каждого упражнения не более минуты.

Вторая группа упражнений для мозга – движения, направленные на растягивание мышц тела

1. Сова

Это упражнение хорошо расслабляет мышцы плеч, которое возникает при длительном сидении. Левой рукой сожмите мышцы правого плеча. Поверните голову вправо, широко раскройте (вытаращите) глаза и смотрите прямо. Затем, сделав вдох начинайте поворачивать голову влево и одновременно вытягивайте шею вперед уха как сова. За время поворота сделайте несколько таких движений. Затем поворачивайте также голову обратно. Пальцами левой руки сжимайте в это время плечо. Сжимаете на выдохе, отпускаете на вдохе.

Повторите упражнение, сжав правой рукой левое плечо.

2. Активизация руки

Хорошо выполнять, перед тем как вам предстоит много писать. Поднимите вверх вытянутую правую руку, прижав ее к уху. Вдохните через сомкнутые губы и схватите правую руку за головой согнутой левой. Двигайте правую руку левой к себе - от себя и вперед – назад.

3. Сгибание стопы

Способствует быстрому включению языковых функций мозга. Упражнение выполняется сидя на стуле. Положите правую стопу на левое колено. Массируйте места напряжений мышц в лодыжке, икре под коленом оттягивая их, одновременно с массажем сгибайте ступню к себе и от себя. Повторите с другой ногой.

4. Помпа

Встаньте прямо, держась за спинку стула. Левую ногу выставите вперед, а правой отступите назад. У вас должен получиться выпад на левую ногу. Тело не наклоняйте. Пятка правой ноги плотно прижата к полу. Глубоко вдохните и поднимите пятку, на выдохе вновь прижмите ее к полу. Повторите несколько раз для каждой ноги.

5. Гравитационное скольжение

Особенно эффективно это упражнение после длительного сидения за столом или долгой езды в автомобиле. Сядьте, скрестив вытянутые ноги в лодыжках. Выдыхая, наклонитесь вперед, опуская вытянутые руки плавно вниз. На вдохе выпрямитесь, поднимая руки вверх. Повторите несколько раз, делая наклоны вперед, вправо и влево. Поменяйте местами лодыжки и повторите упражнение.

6. Заземлитель

Это упражнение нейрогимнастики хорошо помогает сосредоточиться на выполняемой работе. Поставьте ноги намного шире плеч, так чтобы левая ступня смотрела вперед, а правая была повернута вправо. Руки на поясе. На выдохе согните правое колено, на вдохе

распрямите. Повторите три раза. Затем поверните правую ступню вперед, а левую влево и повторите упражнение для левой ноги.

Третья группа упражнений для мозга – движения, направленные на повышение энергии тела

1. Кнопки мозга

Пальцы правой руки – большой и указательный, положите под ключицы, там, где ямочки. Левая рука – ладонью на пупок. Круговыми движениями массируйте точки под ключицами. Затем поменяйте руки и помассируйте подключичные области уже пальцами левой руки.

2. Кнопки Земли

Перед выполнением упражнения прикоснитесь двумя пальцами правой руки к точкам, находящимся под нижней губой. А левая рука должна коснуться верхнего края лобовой кости. Сделайте вдох, и постарайтесь ощутить, как энергия проникает в центр вашего тела. Дышите ровно и глубоко, продолжая удерживать руки на точках.

3. Кнопки Баланса

Левую руку положите в область пупка. Пальцем правой руки надавите на углубление за правым ухом в основании черепа. Сделайте медленный глубокий вдох, чувствуя, как наполняетесь энергией. Затем надавите на углубление за левым ухом и сделайте медленный выдох.

4. Кнопки космоса

Пальцем правой руки коснитесь точки над верхней губой. Ладонь левой руки положите на крестец сзади. Делайте глубокий вдох представляйте, как энергия поднимается по позвоночнику, расслабляя каждый позвонок.

Сделайте 5-6 циклов вдох-выдох. Затем поменяйте руки и повторите весь цикл.

5. Энергетическая зевота

Примите удобную для вас позу, положите ладони на щеки. Откройте и закройте рот имитируя зевоту. Найдите под руками точки соединения верхней и нижней челюсти. Поместите пальцы рук на эти точки. Теперь вновь откройте рот имитируя зевок и когда рот будет максимально открыт помассируйте пальцами найденные точки. Постарайтесь одновременно с этим произнести длинный звук «а-а-а-у-у-у». Повторите упражнение 4-6 раз.

Четвертая группа упражнений – упражнения, повышающие настроение

1. Крюки Деннисона

Встаньте прямо, ноги скрещены. Руки вытяните перед собой, перекрестите и соедините ладони в замок. Согните локти, вывернув кисти вовнутрь и прижав их к груди таким образом, чтобы ваши локти были направлены вниз. Язык прижмите к небу за верхними зубами. Взгляд направлен вверх. Дышим ровно, спокойно. Тело расслаблено. Стойте так столько, сколько сочтете нужным.

Затем, расставляете ноги на ширину плеч. Голову немного наклонили вперед, глаза опустили, язык там же за верхними зубами. Руки лодочкой внизу. Пальцы рук касаются друг друга. Постояли так немного полностью отпуская напряжение.

Время выполнения каждого упражнения, также не более 1 минуты

**Средняя группа
Психогимнастика «Путешествие на море».**

Ребята вы верите в чудеса, любите мечтать? А хотите отправиться со мной в необычное путешествие, на море?

Для того, чтобы начали происходить чудеса, вы должны слушать меня внимательно и выполнять то, что я вам буду говорить.

Закройте глазки и повторяйте за мной волшебное заклинание: «Вокруг себя обернись и на море очутись».

Откройте глазки.

Вот и оказались мы с вами на море. Посмотрите, как вокруг красиво. Море такое теплое, спокойное, так и манит к себе.

Вы наверно знаете, что на море (речке) бывают небольшие волны. Иногда в гости к морю прилетает ветерок, он очень любит играть с волнами. И так они разыграются, что даже можно увидеть волшебные морские фигуры.

А вы хотите их увидеть?

Давайте все мы сейчас с вами будем большим морем.

Повторяйте за мной эти слова, а когда я скажу, морская фигура замри, вы должны и изобразить морскую фигуру, с таким настроением, которое я вам назову.

Игра «Море волнуется раз ... фигура (радости, злости, страха, спокойствия) замри».

Хорошо. Молодцы!

Но еще волны любят играть с ребяташками. Так приятно, когда они ласково омывают тебя.

Ребяташки, скажите вы, любите купаться в море (пруду, речке)?

Игра «Волны»

Цель: снятие напряжения, создание положительных эмоций. Игра позволяет почувствовать свою значимость и теплое отношение к себе окружающих.

Давайте сейчас превратимся в морские волны.

Попробуем подвигаться, будто мы волны.

Попробуем улыбнуться как волны, когда они искрятся на ярком солнце.

Попробуем «пошуршать» как волны, когда они накатывают на берег, попробуем сказать вслух, что говорили бы волны купающимся в них людям, если бы они умели говорить.

Наверно, они говорили бы: «Мы любим вас, мы любим вас».

Предлагаю каждому из вас по очереди, искупаться в море.

(Купающийся становится в центр, волны по одной подбегают к нему и поглаживают его, тихонько проговаривая слова: «Мы любим тебя, мы любим тебя»).

Релаксация «Отдых на море».

Вдоволь накупались, а теперь давайте ляжем на песочек и отдохнем.

Закройте глазки. Раскиньте руки, ноги, пусть ваше тело прогреется под лучами теплого солнышка.

Представьте себе, что вы лежите на берегу моря. Чудесный летний день, мягкий песок. Вокруг все спокойно и тихо, вы дышите легко и ровно.

Небо голубое, теплое солнце.

Мягкие волны подкатывают к вашим ногам, ласково гладят их, гладят ваше тело.

Вы ощущаете приятную свежесть морской воды. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все ваше тело: лоб, спину, живот, руки, ноги.

Вы чувствуете, как тело становится легким-легким.

Дышится легко, свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным. Хочется встать и подвигаться.

Потянулись, на счет 3, открыли свои глазки.
Вы полны сил и энергии.
Понравилось вам наше путешествие. До новых встреч.

**Младшая группа
Психогимнастика «Волшебные цветы».**

Ребятишки, я предлагаю отправиться прогуляться в волшебный лес.

В волшебном лесу растут волшебные цветы. Волшебные они потому, что умеют разговаривать и двигаться.

А еще они, как дети любят играть и озорничать.

А вы хотите стать волшебными цветами?

Я полью вас из лейки волшебной водой, и вы превратитесь в цветы, (педагог имитирует полив).

Ты волшебная водица,
лейся на головки.

Превращай скорее деток
в разные цветочки.

В какие красивые цветы вы превратились!

Покачайте своими головками, попробуйте, как гнется ваш стебелек, пошевелите пальчиками – листочками.

Решили цветочки пойти погулять.

Шли, шли и увидели речку. В речке вода холодная «брр-р».

Как на другой берег перебраться, а мостик такой узенький.

Давайте встанем, друг за дружкой, одной рукой держимся за впереди стоящего, а другой -за перила мостика.

Идем медленно, ступаем осторожно.

Наконец - то кончился мостик.

Пришли цветочки на полянку.

Встали цветочки в круг.

Решили цветы бабочек ловить. Всем телом напряглись, ноги пошире расставили, чуть вперед подались, руки вперед вытянули.

Хвать! Хвать!

Не поймали, улетела бабочка.

Пока ловили бабочек, подул сильный ветер. Цветы присели, стебельки вниз опустили, листочки повисли.

Ветер стих, выглянуло солнышко, цветочки улыбнулись солнышку.

На цветы прилетели стрекозы. Стали цветы бегать за стрекозами. Бегают легко на носочках по всей полянке.

Весело цветочкам.

Как стрекозы, листочки - руки в стороны расставили, помахивают ими как крыльшками.

Остановились, закружились на месте и присели.

Повалились на спинку, лежат, отдыхают.

Все тело расслаблено, руки ноги расслаблены, как приятно.

Отдохнули, цветочки набрались сил, и вдруг услышали музыку и принялись цветочки танцевать, веселиться (звучит «Вальс Цветов»).

Но пришло время возвращаться в группу.

Сейчас я хлопну в ладоши, и вы снова станете детьми – умными и добрыми.

Психогимнастика

1. Педагог показывает детям пиктограммы с изображением лиц, выражающих разные эмоции: радость, спокойствие, печаль, злость. Дети с помощью педагога называют эмоциональное состояние человека: радостный, печальный, сердитый, спокойный, а затем пробуют изобразить эти эмоциональные состояния. Можно попросить изобразить злую Бабу-Ягу, доброго волшебника, печальную Аленушку, огорченного Ивана- царевича. Полезно сделать это перед зеркалом или зеркальцами.

2. «Пылесос и пылинки»

Дети выступают в роли пылинок, педагог – в роли пылесоса. Сначала пылинки весело танцуют в луче солнца. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг себя и, кружась все медленнее, оседают на пол. Пылесос собирает пылинки. Кого он коснется, тот встает и уходит на свое место.

Когда ребенок - пылинка садится на пол, спина и плечи у него расслабляются и сгибаются вперед - вниз, руки опускаются, голова наклоняется, он весь как бы обмякает.

3. «Цветок»

Педагог рассказывает детям о цветке, а дети изображают рост цветка в соответствии с рассказом.

«Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивает свою голову вслед солнцу».

Выразительные движения: сесть на корточки, голову и руки опустить, поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны – цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивает вслед за солнцем.

Мимика: глаза полузакрыты, губы в улыбке, мышцы лица расслаблены.

4. «Лягушки»

Изобразите лягушек, которые охотятся за комарами. Они притаились и замерзли. Поймали комарика, довольны. А сейчас представьте, что одна из лягушек прыгнула к вам на ладошку. Что будете делать? (я бережно посажу ее на травку.) покажите, как вы будете держать лягушку в ладошке и посадите ее на травку. А теперь скажите, какая лягушка сухая или мокрая? Почему она мокрая? (Потому что она живет в воде или возле воды.) А какими станут руки после того, как вы отпустите лягушку? (Тоже мокрыми). Что нужно сделать, чтобы руки стали сухими? (Посушить их на солнце, вытереть полотенцем).

5. Психогимнастика: упражнение на расслабление «Заводные игрушки»

Дети, сейчас вы превратитесь в заводные игрушки.

Вокруг себя повернись,

В куклу Машу превратись.

Дети изображают куклу, пляшущего медвежонка, зайку, играющего на барабане, веселого клоуна.

-Заводные игрушки сломались! Замрите в тех позах, в каких вы сейчас стоите.

Дети застывают в определенной позе.

-почувствуйте напряжение. А сейчас покажите, как вы умеете расслабляться. Сначала уроните голову, левую руку, затем туловище. Вам очень жалко сломанную куклу, покажите, как вы огорчены. Папа починил куклу. И вы рады. Покажите, как вы радуетесь.

6. «Кошка и мышки»

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!»

Этюд сопровождается музыкой.

Выразительные движения: шея вытянута вперед, указательный палец приставлен к сжатым губам, брови подняты вверх.

7. «Слушай хлопки»

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» 9 (стоять на 1 ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет 2 раза, играющие должны принять позу «Лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу). На 3 хлопка дети возобновляют ходьбу.

8. «Вот так позы»

Играющие принимают различные позы. Ведущий, посмотрев на них, должен запомнить и воспроизвести их, когда все дети вернуться в исходное положение.

9. «Зеваки»

Играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего 9, например, звонок колокольчика) останавливаются, хлопают в ладоши, разворачиваются по кругу и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Ребенок, не выполнивший правильно задание, садится в середину круга.

10. «Разведчики»

В комнате расставлены стулья в произвольном порядке. Один ребенок (разведчик) идет через комнату, обходя стулья с любой стороны, а другой ребенок (командир), запомнив дорогу, должен провести отряд тем же путем. Затем разведчиком и командиром отряда становятся другие дети. Разведчик прокладывает новый путь, а командир ведет по этому пути весь отряд.

11. «Пожалуйста»

Вариант 1

Все участники игры вместе с педагогом становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения 9 (физкультурные, танцевальные, шуточные), а ребята должны их повторять лишь в том случае, если он покажет добавит слово «пожалуйста». Кто ошибается, выбывает из игры.

Вариант 2

Игра проводится так же, как и в 1 –о варианте, но только тот, кто ошибается, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например, надо улыбнуться. Попрыгать на одной ноге и т.д.

12. «Кто что делал?»

Двое игроков стоят рядом друг с другом. Они под музыку делают по очереди различные движения и повторяют эти движения 4 раза. Третий ребенок должен запомнить, что они делали, и повторить их движения.

13. «Что там происходит?»

Педагог рассказывает детям маленькую историю, которую малыши потом разыгрывают.

Мальчики стояли в тесном кружке и что-то делали, наклонив голову вниз. В нескольких шагах от них наклонилась девочка. «Что там происходит?» - подумала она, но ближе подойти не решилась.

Выразительные движения: голова поворачивается в сторону происходящего действия, пристальный взгляд.

Поза: выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее вес тела. Одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

14. «Кузнечик»

Девочка гуляла в саду и вдруг увидела большого зеленого кузнечика. Стала к нему подкрадываться. Только протянула руки, чтобы накрыть его ладошками, а он прыг – и вот уже стрекочет в другом месте.

Выразительные движения: шея вытянута вперед, пристальный взгляд, туловище слегка наклонено вперед, ступать на кончики пальцев.

15. «Это я! Это мое!»

Ребенок разговаривает с глухой бабашкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук: ничего – то бабушка не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называет имя играющего), «Чьи это книги», «Чьи игрушка?» и т.п. мальчик отвечает жестом.

Выразительные движения: рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!». Идея обладания более обширного «я» выражается более или менее сильным прижатием кисти к груди: «Мое, принадлежит мне!»

16. «Заколдованный ребенок»

Ребенок заколдован. Он не может говорить. На вопросы отвечает жестами. Указательным пальцем он показывает на различные предметы и указывает направления: шкаф, стол, внизу, вверху, там.

17. «Флажок»

Малыши ходят по залу под музыку. Когда педагог поднимает вверх флажок, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

18. «Тропинка»

Дети делятся на 2 команды с одинаковым количеством участников. Дети каждой команды берутся за руки, образуя 2 круга, и по сигналу педагога начинают движение по кругу в правую сторону до тех пор, пока не прекратится музыка. Затем педагог дает задание, которое выполняется обеими командами. Если педагог говорит: «Тропинка!», то участники каждой команды становятся друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящего, приседают, наклоня голову чуть- чуть вниз. Если произносится слово «Копна!». То все участники приседают, положив руки на голову.

Педагог чередует эти задания. Кто быстрее выполнит задание, тот получит кубик. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество кубиков. Игра сопровождается музыкой.

19. «Отдай!»

Педагог просит детей представить, что у них отняли игрушку, и они должны без слов, только с помощью движений, словно они еще не умеют говорить, потребовать отдать игрушку. Каждый ребенок требует отдать ему игрушку.

Выразительные движения: кисти рук держать горизонтально ладонями кверху.

20. «Игра в снежки»

Зима. Дети играют во дворе в снежки. Этюд сопровождается музыкой.

Выразительные движения: нагнуться, схватить двумя руками снег, распрямиться и бросить снежок резким коротким движением, широко раскрывая пальцы.

21. «Шалтай - Болтай»

Педагог читает стихотворение о Шалтае - Болтае, а каждый ребенок повторяет движение за взрослым.

Шалтай -Болтай

Сидел на стене.

Шалтай -Болтай

Свалился во сне.

С.Я.Маршак

Ребенок поворачивает туловище вправо-влево, руки свободно болтаются как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклонить корпус тела вниз.

22. «Снегурочка»

Педагог предлагает детям вспомнить, в какой сказке сделали девочку из снега, как зовут эту девочку. Педагог кратко рассказывает сказку «Снегурочка»

Затем дети изображают удивление и радость старика со старухой, когда они увидели живую Снегурочку.

Выразительные движения: 1 - удивление: раскрыть рот, приподнять брови;

2-радость: широко улыбнуться.

23. «Первый снег»

Много дней шел мелкий холодный дождь. Дул пронизывающий ветер. В саду было уныло и грязно. Мальчика не выпускали на улицу. Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдет гулять. Он подошел к окну и замер от удивления. Все покрыто белым-белым снегом.

Утром глянул я чуть свет:

Двор по- зимнему одет.

Распахнул я настежь двери,

В сад гляжу, глазам не верю.

Эй! Смотрите. Чудеса-

Опустились небеса!

Было облако над амией,

Оказалось, под ногами.

А. Гунули

В саду стало чисто, просторно и красиво. Можно идти гулять. Скорее – скорее одеваться!

Выразительные движения: откинутая назад голова, приподнятые брови, на лице улыбка.

24. «Таяние снеговика»

Солнышко пригрело, среди зимы наступила оттепель, словно весна решила прийти в гости к своей старшей сестре Зиме. На улице стало теплее, снег и лед начали таять. И вместе с ними начал таять снеговик. Он как будто умирал, словно плакал и постепенно исчезал вместе со своими неутешными слезами. Еще вчера снеговик стоял, похожий на крепкого и горбатого богатыря, весело глядя своими угольными глазами прямо на солнце. Он словно охранял зимний замок, царство мороза, страну ветров и бурь. Но его служба кончилась. Голова у снеговика опустилась, спина ссутулилась, руки опустились, шлем старого солдата упал набок и превратился в обыкновенное ржаное ведро. К полудню он словно стал древним стариком, еще больше согнувшись и опустив свой теперь уже покорный взгляд к

земле. Через несколько часов снеговик ослеп – угольки оттаяли и попадали к его ногам, потом он потерял руки, чуть позже голова провалилась к плечам, а туловище провалилось до земли. Вечером уже ничто не напоминало о том, что вчера здесь стоял снеговик на страже зимнего порядка. Только виднелся небольшой снежно-ледяной холмик и ведро, которое лежало неподалеку. Дети изображают тающего снеговика.

Выразительные движения сначала становится прямо, руки на поясе; затем расслабляем все мышцы, голову наклоняем в сторону, руки опускаем. Спину расслабляем; потом ноги сгибаем в коленях. Садимся на ковер, медленно опускаясь вниз всем телом.

25. «Игра с камушками»

Дети гуляют по берегу моря. Они то останавливаются, нагибаясь за приглянувшимся камушком, то входят в воду и брызгаются, зачерпывая воду руками. Дети то подбрасывают их вверх и ловят, то кидают вдаль.

Этюд сопровождается музыкой.

26. «Ласка»

Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия. Мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трется головой о его руки.

26. «Кукушонок кланяется»

Кукушка кукушонку

Сшила капюшон.

Кукушкин кукушонок

В капюшоне смешон.

Этюд сопровождается музыкой. Во время этюда ребенок наклоняет корпус вперед - вниз без всякого напряжения, как бы бросая его, затем выпрямляет корпус.

27. «Говорим жестами»

«Иди ко мне»

мальчик манит к себе малышку. Которая учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения присест. Обе руки вытянуты навстречу малышу.

28. «Уходи»

Ребенок отталкивает обидчика.

Выразительные движения: кисти рук держать вертикально, ладонями наружу.

«каждый спит»

В зал входит ведущий и видит...

На дворе встречает он

Тьму людей. И каждый спит:

Тот как в копаный сидит,

Тот не двигаясь идет,

Тот стоит, раскрывши рот.

В.А. Жуковский

Ведущий подходит к детям, застывшим в различных позах. Он пытается их разбудить, беря за руки. Он поднимает чью -нибудь руку, но рука опускается.

29. «До свидания»

от пристани отходит огромный белый теплоход. Провожающие. Глядя на стоящих на палубе моряков и пассажиров, машут им высоко поднятой рукой «до свидания! До встречи!»

30. «Не покажу»

мама подарила девочке маленькое зеркальце, чтобы она могла пускать солнечные зайчики. Дети обступили девочку, просят показать. Какое оно. Но девочка, прижав ладонями зеркальце к груди и расставив локти, вертится из стороны в сторону: «Не покажу!»

31. «Хорошее настроение»

Мама послала сына в булочную: «Купи печенье и конфеты, - сказала она. – Мы выпьем с тобой чай и пойдем в зоологический музей». Мальчик взял у мамы деньги, сумку и вприпрыжку побежал в магазин. У него очень хорошее настроение.

Во время этюда звучит музыка.

Выразительные движения: походка: быстрый шаг, иногда переходящий на подскоки.

Мимика: улыбка.

32. «Чунга- чанга»

путешественник пристал на своем корабле к Волшебному острову, где все всегда радостные и беззаботные.

Едва он сошел на берег, как его окружили жители этого чудесного острова – чернокожие дети. И на мальчиках, и на девочках были надеты одинаковые пестрые юбочки, а на ногах и руках у них звенели браслеты с колокольчиками, в ушах у всех висели круглые серьги, на шее – бусы, а в волосах были красивые перья.

С веселой улыбкой они стали пританцовывать под музыку В. Шаинского вокруг путешественника и петь:

Чудо-остров, Чудо-остров,
Жить на нем легко и просто,
Чунга - Чанга!

Путешественник решил навсегда остаться на этом острове.

33. «Поссорились два петушка»

Двое детей сцепляют за спиной пальцы рук, становится на одну ногу и, пока звучит музыка, подпрыгивая, пытается ударить друг друга плечами, делая резкие движения вперед.

34. «Негаданная радость»

В комнату вошла мама, с улыбкой посмотрела на своих мальчиков и сказала:

-Заканчивайте, ребята. Свою игру. Через час мы идем в цирк!

Мама подняла руку и показала билеты. Мальчики сначала замерзли, а потом пустились плясать вокруг мамы.

Выразительные движения:

1. Закусить нижнюю губу, поднять брови, улыбаются.

2. Смех, потирают руки одну об другую, причем одна рука может быть сжата в кулак.

Можно хлопать в ладоши, прыгать, пританцовывать.

35. «Я не знаю!»

Мальчика – незнайку о чем-то спрашивают, а он только пожимает плечами да разводит руками: «Не знаю», «не имею понятия», «ничего не видел».

Выразительные движения: приподняты брови, опущены уголки рта, приподняты на миг плечи, руки слегка разводятся, ладони раскрыты.

36. «Фея сна»

Дети сидят на стульчиках, расставленные по кругу на достаточно большом расстоянии друг от друга. Звучит колыбельная. К детям подходит девочка с тоненькой

палочкой в руке – это фея сна (мальчик – волшебник). Фея палочкой касается плеча одного из играющих, тот засыпает (наклоняет голову и закрывает глаза). Затем фея обходит остальных детей, касаясь их волшебной палочкой... Фея смотрит на детей: все дети спят; улыбается и тихонько уходит.

37. «Художник»

один из детей играет роль художника. Он внимательно рассматривает того, кого будто бы будет рисовать. Потом отворачивается и отвечает на вопросы педагога, касающиеся внешности ребенка, которого он хотел нарисовать. Можно спросить, какие у него глаза, волосы, одежда, обувь. После того как художник ответил на все вопросы, он должен попробовать сам дать словесный портрет ребенка, т.е. описать, как он выглядит. Можно включить в эту игру еще одного малыша, который сначала уходит из комнаты, а потом, слушая описание художника, должен отгадать, кого из ребят он хотел нарисовать

38. «Раздумье»

Мальчик собирал грибы в лесу и заблудился. Наконец он вышел на большую дорогу. Но в какую сторону идти...?

Во время этюда звучит музыка.

Выразительные движения: ребенок стоит, руки сложены на груди или одна рука на груди поддерживает другую руку, на которую опирается подбородок.

39. «Удивление»

мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил кошку в пустой чемодан и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

40. «Золотые капельки»

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым. Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый летний дождь!

Во время этюда звучит музыка.

Выразительные движения: голова запрокинута, рот полуоткрыт, глаза прищурены, мышцы лица расслаблены, плечи опущены.

41. «Два клоуна»

Под музыку 2 веселых клоуна жонглируют воображаемыми разноцветными кольцами, не замечая друг друга. Вдруг они сталкиваются спинами и падают. Им так смешно, что они, сидя на полу, громко хохочут. Немного успокоившись, клоуны помогают друг другу встать, собирают кольца и снова жонглируют. Но теперь они бросают кольца друг другу.

Выразительные движения: голова откинута, рот широко открыт, брови приподняты, глаза слегка прищурены.

42. «Сосредоточенность»

Командир сидит за столом и внимательно изучает карту. Он обдумывает план наступления на врага.

Выразительные движения: левая рука упирается локтем о стол и поддерживает голову, наклоненную влево; указательный палец правой руки двигает по воображаемой карте.

Мимика: слегка сощуренные глаза, нижняя губа закушена.

Дыхательная гимнастика

1. «Ходьба»

Педагог читает текст, дети выполняют соответствующие движения и проговаривают отдельные звуки, слоги.

- Мы проверили осанку, -дети становятся прямо, ноги вместе, голова немного поднята.
- И свели лопатки, - дети отводят плечи назад.
- Мы ходим на носках, - дети идут на цыпочках.
- Мы идем на пятках, - идут на пятках.
- Мы идем как все ребята, - шагают маршеобразно.
- И как мишка косолапый, - идут размашисто, вразвалку.

2. Педагог предлагает изобразить деревья и листочки на них, которые качает ветерок. Дует легкий ветерок, листочки легко шевелятся (взрослый и дети делают глубокий вдох и длительный выдох). Имитируя легкое дуновение ветра, дети слегка шевелят пальцами.

А теперь ветер становится сильнее (вдох становится еще глубже, а выдох сильнее). Сильный ветер уже не просто шевелит листья. А качает деревья (делаем наклоны туловищем).

Затем педагог читает стихотворение. А дети повторяют движения и гласные звуки.

Осенние листочки на ветвях сидят.

Осенние листочки детям говорят:

Осиновый: «А-а-а»; рябиновый: «Ии-и»;

Березовый: «О-о-о»; дубовый: «У-у-у».

3. «Подуем на плечо»

Педагог читает слова стихотворения, а дети вместе с ним повторяют движения дыхательной гимнастики.

- Подуем на плечо (голова прямо – вдох, голова повернута – выдох).
- Подуем на другое (дуем на плечо).
- нам солнце горячо пекло дневной порою (поднимают голову вверх. Дует через губы).
- Подуем мы на грудь (дети дуют на грудь).
- и грудь свою остудим.
- подуем мы на облака (опять поднимают лицо и дуют).
- И остановимся пока.

4. Пантомима «Мы срываем цветы»

Дети в группе наклоняются – «срывают» цветы – и вдыхают их запах (глубокий вдох и сильный выдох). Потом повторяют это действие еще несколько раз.

5. Пантомима «Снежинки»

Под спокойную музыку дети-снежинки кружатся в танце, словно их кружит легкий ветерок. Когда музыка становится быстрее, снежинки движутся по всей комнате (дети бегут быстрее). Музыка смолкает 9 ветер стихает), снежинки замедляют свое движение и постепенно опускаются на землю (дети садятся на ковер).

Физкультминутки

1. Дети сейчас мы поиграем. Я назову слово – название животного, а вы изобразите его движением, мимикой и жестами. Педагог называет слова «зайка», «волк». «лиса», «медведь». Дети изображают этих животных.

2. «В Магазине зеркал»

В магазине стояло много больших зеркал. Туда вошел человек, на плече у него была обезьянка. Она увидела себя в зеркалах и подумала, что это другие обезьянки, и стала корчить им рожицы. Обезьянки ответили ей тем же. Она грозила им кулаком, и ей из зеркала погрозили, она топнула ногой, и все обезьянки топнули ногой. Что ни дела обезьянка, все остальные в точности повторяли ее движения.

3. «Четыре стихии»

Малыши располагаются по кругу. Педагог договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» - вытянуть руки вперед, слово – «воздух» - поднять вверх, слово «огонь» - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

«Запомни свое место»

Дети стоят по кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

4. Пантомима «Прогулка в лес»

Педагог предлагает детям отгадать, куда они сейчас отправятся.

Весной одевается,

Осенью раздевается.

(Лес)

-Перешагиваем через высокую траву (ходьба с высоким подниманием колен).

-перепрыгиваем через лужу (прыжки на 2 ногах).

-Посмотрите. Какая красота! Выразим восхищение: о-о-о!

прислушаемся к шуму листьев. Вдруг подул ветерок (легкий выдох с округлением губ, имитация сильного ветра и ветра во время бури).

-ветер утих. Будем собирать грибы. Мы по лесу шли, шли, подосиновик (подберезовик, боровик) нашли.

-Теперь пойдем домой. Снова шагаем через высокую траву. Бежим по узкой тропинке. Мы дома. Из кухни доносится вкусный запах еды. Что же там готовят?

5. «Дракон кусает свой хвост»

Играющие стоят друг за другом, каждый держится за талию впереди стоящего. Первый ребенок – это голова дракона, последний – кончик хвоста. Пока звучит музыка. Первый играющий пытается схватить последнего – дракон ловит свой хвост. Остальные дети цепко держаться друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост, то в следующий раз роль головы дракона назначается другой ребенок.

6. «Смотри на руки»

Дети стоят друг за другом, первый – командир. Во время спокойного марша по кругу, командир показывает различные движения рук, остальные дети повторяют эти движения. Затем выбирается новый командир. Он должен придумать другие движения, остальные участники их повторяют.

7. «Стойкий оловянный солдатик»

Педагог читает стихотворение, показывая движения, а дети повторяют за ним эти движения.

На одной ноге постой-ка,
Если ты солдатик стойкий.
Ногу левую – к груди,
Да смотри, не упади.
А теперь постой на левой,
Если ты солдатик смелый.

8. «Запомни порядок»

4-5 малышей выстраиваются друг за другом в произвольном порядке. Водящий, посмотрев на детей, должен отвернуться и перечислить, кто за кем стоит. Затем водящим становится другой ребенок.

9. «Веретено»

Играющие делятся на 2 группы и становятся друг за другом. Как только кто-нибудь крикнет: «Начинаем!». Дети, стоящие первыми, должны быстро, как веретено, обернуться вокруг себя. Потом соседи берут их за талию и оборачиваются уже вдвоем и т.д., пока не дойдут до последнего в ряду.

10. «Качели»

Под музыку дети изображают, как будто они стоят качаются на качелях.

Выразительные движения: 1-ноги слегка расставлены. Обе ступни касаются пола, но тела перенесен на одну из ног. Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую;

2-выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее тяжесть тела, покачивать вперед-назад. Для большей экспрессии сгибать и выпрямлять колени. Этюд сопровождается музыкой.

11. «Помоги Мишке собрать шишки»

Для этой игры желательно запастись еловыми или сосновыми шишками, но если их нет, можно заменить пуговицами, бусинками или другими мелкими игрушками.

Дети, изображая медведей. Ходя в перевалочку, не сгибая ног, и пытаются поднять с пола шишки и собрать их в общую корзину.

12. «Реченька»

В игре участвуют 2 группы детей. Обозначив на полу неширокую речку, подходят к ней по одному от каждой группы и пытаются ее перепрыгнуть. Кто перепрыгнул, возвращается к своей группе, а кто нет, должен перейти в соседнюю группу. В какой группе окажется меньше, та и выиграла.

13. «Рыбки»

Педагог читает стихотворение. Дети изображают то, о чем говорится в стихотворении: сначала рябину (стоят прямо, руки в стороны), затем показывают течение уки (руками делают волнообразные движения), глубину реки (делают наклоны), пескаря (щеки надуты, руки уперты в бока), резвящихся рыбок (сначала прыгают, потом приседают, встают, ложатся на ковер).

У реки росла рябина,
А река текла, рябила.
Посредине глубина,
Там гуляла рыбина.
Эта рыба – рыбий царь...

Называется пескарь.
Рыбки весело резвятся
В чистой тепленькой воде,
То сожмутся, разожмутся,
То зарюются в песке.

14. «Зайчики»

Давайте попрыгаем как зайчики. (Дети прыгают на 2 ногах, руки – над головой (как заячьи уши).)

А теперь задание усложняется. Прыгаем, зажимая между ног мячи разного размера: большой, средний и маленький.

15. «Вот он какой»

На столе нужно разложить различные игрушки и предметы, хорошо знакомые детям. Педагог говорит, что сейчас один из детей будет загадывать загадки с помощью рук, а остальные будут отгадывать. Педагог просит одного из детей посмотреть на все предметы, лежащие на столе, выбрать, какой из них он будет загадывать, но не брать руками. Ребенок должен без слов сообщить о размерах и форме выбранного им предмета. Он воспроизводит отчетливые жесты, которые характеризуют данный предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, длинный, короткий.

Если ребенок хорошо показал характерные признаки предмета и другие дети отгадали его название, загаданная игрушка вручается тому, кто ее обрисовал. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не попробуют выступить в роли ведущего.

16. «Возьми и передай»

Дети сидят на стульчиках, расставленных по кругу, и передают друг другу какой-нибудь воображаемый предмет. Со стороны должно создаться впечатление, что они действуют с реальными предметами.

17. «Сосулька»

У нас под крышей
Белый гвоздь вист,
Солнце взойдет.
Гвоздь упадет.
В. Селиверстов
Первая и вторая строчки: руки над головой.
Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

18. «Скучно, скучно так сидеть»

Играющие сидят на стульчиках. У противоположной стены стоят стулья, но их на один меньше. Ведущий говорит:

Скучно, скучно так сидеть,
Друг на друга все глядеть;
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться?

Как только ведущий закончит говорить, дети должны быстро побежать и сесть на стулья, стоящие у противоположной стены. Проигрывает тот, кто остался без стула.

19. «Белые медведи»

Педагог предлагает детям поиграть в белых медведей –животных, которые живут на северном полюсе, среди бескрайних снегов и льда.

Намечается место, где будут жить белые медведи. Двое детей берутся за руки – это белые медведи. Со словами «Медведи идут на охоту» они бегут, стараясь окружить и поймать кого-нибудь из играющих. Затем снова идут на охоту. Когда переловят всех играющих, игра кончается.

20. Пантомима «Лепка снеговика»

Дети под музыку изображают лепку снеговика: делают снежки, катают их по снегу, ставят готовые снежные шары друг на друга, делают снеговику руки, ноги, глаза, нос, одевают шапку.

21. Пантомима «Вкусные конфеты»

У девочки в руках воображаемый кулек (коробка) с конфетами. Она протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и кладут в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное. Этюд сопровождается музыкой.

Мимика: жевательные движения, улыбка.

22. «Дом большой, дом маленький»

Педагог читает текст стихотворения и показывает соответствующие движения. А дети повторяют движения и междометия («ой-ой-ой», «ай-ай-ай»).

У медведя дом большой, ой-ой-ой! (руки в стороны.)

Дети: ой-ой-ой! (руки в стороны.)

А у зайки – маленький, ай-ай-ай! (присесть, обхватив колени руками.)

Дети: ай-ай-ай! (присесть, обхватив колени руками.)

Мишка наш пошел домой, ой-ой-ой! (идем в вразвалочку.)

Дети: ой-ой-ой! (идем вразвалочку.)

Да и крошка зайнышка, ай-ай-ай! (прыжки на 2 ногах.)

Дети: ай-ай-ай! (прыжки на 2 ногах.)

23. «Иголка и нитка»

Дети становятся друг за другом. Первый – иглолка. Он бежит. Меняя направление. Под музыку. Остальные бегут за ним, стараясь не отставать.

24. Физкультминутка

-Подпрыгните один раз.

-Присядьте много раз.

-похлопайте в ладоши много раз.

-потянитесь один раз.

25. «Насос и мяч»

Играют двое. Один ребенок изображает большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах; руки, шея расслаблены; корпус отклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движения рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего у мяча поднимается голова, после 4 –надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать.

Товарищ выдергивает из мяча насос... из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. Играющие меняются местами.

26. «Штангист»

Ребенок поднимает «тяжелую штангу» потом бросает.
Отдыхает.

27. «Меткий стрелок»

попадание мячом (упражнение на меткость). В этом упражнении дети должны попасть в городки или постройку из кубиков.

Можно усложнить задание дополнительным условием: ребенку нужно попасть в башню или ворота определенного цвета.

28. «Хлопки»

педагог хлопает в разном ритме, называет имя ребенка, дети слушают хлопки, а ребенок, имя которого назвал педагог, повторяет хлопки в том же ритме.

29. «Тихо-громко»

Для игры нужно приготовить бубен.

Педагог стучит в бубен тихо, потом громко и очень громко.

Соответственно звучанию бубна дети выполняют движения: под тихий звук идти на носочках, под громкий – полным шагом, под более громкий – бегут. Кто ошибается, тот становится в конце колонны. Самые внимательные окажутся впереди.

30. «Собираем грибочки»

предварительно нужно на полу разбросать пуговицы - «грибочки». Педагог раздает детям корзинки, дети должны, пока звучит музыка, быстро собирать грибочки в свои корзинки, наклоняясь к полу и стараясь при этом не сгибать ног. После этого музыка смолкнет, дети прекращают сбор грибов. Педагог отмечает, успевших набрать грибов больше всех.

31. Пантомима «Битва»

Один ребенок изображает Ивана- царевича, который сражается с трехглавым Змеем- Горынычем и побеждает его. Рад и горд своей победе Иван-царевич.

Выразительные движения:

1 – у исполнителя роли Змея – Горыныча голова и кисти рук – это головы Змея – Горыныча. Они качаются, делают выпады в сторону Ивана- царевича, никнут по очереди (срубленные), поднимаются (вырастают новые).

Иван-царевич с видимым усилием размахивает воображаемым мечом;

2 - поза и мимика победителя: плечи развернуты. Ноги слегка расставлены, голова откинута, брови приподняты. Губы тронуты улыбкой.

32. Упражнение «Лицо загорает» (на напряжение и расслабление мышц лица)

Подбородок загорает (подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы (на выдохе)). Летит жучок, собирается сесть кому-нибудь из детей на язычок (крепко закрыть рот – задержка дыхания). Жучок улетел (слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух).

Прогоняя жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает (подставить нос солнышку, рот полуоткрыт). Летит бабочка, выбирает на чей нос сесть (сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания)). Бабочка улетела (расслабить мышцы губ и носа (на выдохе)). Брови- качели: снова прилетела бабочка. Пусть бабочка качается на качелях (двигать бровями вверх-вниз). Бабочка улетела совсем. Спать хочется (расслабление мышц лица; не открыть глаз, переползти в тень, принять удобную позу).

33. Упражнение «Игра с жуком» (на напряжение и расслабление мышц ног)

На пальцы ног залез жучок (жуки) и бегают по ним. С силой натянуть носки ног на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носки в этом положении, прислушаться, на каком пальце сидит жучок (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить жучка с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги – ноги отдыхают. Повторить игру 2-3 раза.

34. «Замри!»

Дети прыгают в такт звучащей музыке (ноги в стороны – вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается – играющие должны успеть застыть в позе, на которую пришлась остановка в музыке – оставшиеся участники продолжают игру. Играют до тех пор, пока останется один играющий, который признается победителем.

35. «Сова»

Дети выбирают водящего – сову, которая садится в гнездо и спит. В это время дети начинают бегать и прыгать. Затем ведущий говорит: «Ночь!» сова открывает глаза и начинает летать. Все играющие должны замереть. Кто пошевелится или засмеется, становится совой. Игра продолжается.

36. «Петрушка прыгает»

Играющий изображает петрушку, который мягко и легко прыгает.

Прыжки на 2 ногах одновременно с мягкими, расслабленными коленными и корпусом, висящими руками и опущенной головой.

Выразительными движениями: ноги согнуты в коленях, корпус тела слегка наклонен вперед, руки висят вдоль тела, голова наклонена вниз. Этюд сопровождается музыкой.

37. Игра «Угадай-ка»

Ребенок берет одну из пиктограмм и изображает эту эмоцию, которую символизирует пиктограмма. Остальные дети должны угадать, какую эмоцию он показывает. Если ребенок хорошо показал данное эмоциональное состояние, то ему вручается соответствующая пиктограмма. Затем очередь переходит к следующему участнику. Выигрывает тот, кто соберет больше пиктограмм.

Психогимнастика

1. «Медвежата в берлоге»

Осень. Рано темнеет. Медвежата сидят на лесной полянке и смотрят вслед уходящей в лесную чащу маме-медведице. Она пошла стелить им кровати в берлоге. Медвежатам хочется спать. Они по одному идут домой, точно придерживаясь следа медведицы. Медвежата забираются в свои кровати и ждут, когда мама-медведица поиграет с ними перед сном. Медведица пересчитывает медвежат. Все на месте, можно начинать игру.

2. «Игра с шишками» (на напряжение и расслабление мышц рук)

Мама-медведица бросает медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапах. Шишки разламываются на мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в стороны и роняют лапки вдоль тела – лапки отдыхают. Мама снова кидает шишки медвежатам.

Повторить игру 2-3 раза.

3. «Игра с пчелкой» (на напряжение и расслабление мышц ног).

Медведица зовет золотую пчелку поиграть с медвежатами. Дети поднимают колени, делая домики. Пчелка пролетает под коленями. Мама-медведица говорит: «Летит!», и медвежата дружно распрямляют свои ножки, но ловкая пчелка не попала.

Игру повторить 2-3 раза.

4. Игра «Холодно-жарко (на напряжение и расслабление мышц туловища).

Мама - медведица ушла. Подул холодный северный ветер и пробрался сквозь щелки в берлогу. Медвежата замерзли. Они сжались в маленькие клубочки – греются. Стало жарко. Медвежата развернулись. Опять подул северный ветер. Игру повторить 2 -3 раза.

5. «Любящие родители»

Мама-медведица и папа-медведь укачивают своего любимого сыночка. Сначала мама-медведица качает медвежонка, нежно прижимая его к себе, а папа-медведь с доброй улыбкой смотрит на маму и сына и сам тихонечко покачивается. Мама-медведица передает медвежонка медведю. Теперь папа-медведь качает малыша, а мама-медведица глядит на обоих ласково, с любовью.

Выразительные движения: сложить перед собой руки; обхватывая пальцами локоть другой руки, мерно покачиваться под музыку вправо-влево, на лице улыбка.

6. «Игры в воде»

Лето. Дети на даче. Вот они веселой гурьбой бегут к речке и с разбега плюхаются в воду, молотят по воде руками и ногами...

Но один мальчик, посмотрите, поплыл на самое глубокое место (там воды до пояса), зажал нос и уши пальцами и погрузился в воду с головой. Сидит, задержав дыхание, под водой, а потом как выскочит из воды. Набрал побольше воздуха и снова под воду. Тут и остальные ребята подплыли к нему, соревнуются, кто дольше под водой пробудет. Хорошо в воде, весело. Можно брызгаться друг на друга руками. А можно и ногами, если шлепать по мелководью. А какое это удовольствие ходить по дну руками! И нет лучшего наслаждения, как с веселым визгом выскочить и растянуться на теплом песке и лениво ждать, пока высохнут трусики.

Дети действуют в соответствии с фабулой рассказа, пока звучит музыка.

7. «На берегу моря»

Дети играют на берегу моря (этюд «Игра с камушками»).

Плещутся в воде (этюд «Игры в воде»).

Вдоволь накупавшись, дети выходят из воды и ложатся на прогретый солнцем песок пляжа. Закрывают глаза от яркого солнца. Раскидывают в приятной лени руки и ноги.

8. «Игра с песком» (напряжение и расслабление мышц рук).

Набрать воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания).

Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхните песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками.

Повторить игру 2-3 раза.

9. «Игра с муравьем» (на напряжение и расслабление мышц ног).

На пальцы ног залез муравей (муравьи) и бегают по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носики в этом положении, прислушаться на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги – ноги отдыхают.

Повторить 2-3 раза.

10. Пантомима «Лицо загорает» (на напряжение и расслабление мышц лица).

Подбородок загорает (подставить солнышку подбородок, слегка разжать губы и зубы – на выдохе) Летит жучок, собирается сесть кому-нибудь из детей на язычок (крепко закрыть рот – задержка дыхания). Жучок улетел (слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух). Прогоняя жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает (подставить нос солнцу, рот полуоткрыт). Летит бабочка, выбирает на чей бы нос сесть (сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым – задержка дыхания). Бабочка улетела (расслабить мышцы губ и носа – на выдохе). Брови – качели: снова прилетела бабочка. Пусть бабочка качается на качелях (двигать бровями вверх-вниз). Бабочка улетела совсем. Спать хочется (расслабление мышц лица: не открывая глаз, переползти в тень, принять удобную позу).

11. «Отдых. Сон на берегу моря»

Дети слушают шум моря. Ведущий говорит детям, что им всем снится один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). (Пауза.)

Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснуться (по расчету, когда заиграет дудочка и т.д.). (Пауза.) Звучит сигнал. Дети энергично (или, если того требует ситуация, медленно и спокойно) встают. Звучит музыка. С окончанием музыки дети тихо встают и подходят к ведущему.

12. «Собака принюхивается»

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши наострились, глаза неподвижно смотрят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

13. «Лисичка прислушивается»

лисичка стоит у окна избушки, в которой живет котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Выразительные движения: голова наклонена в сторону (слушает, подставляя ухо), взгляд направлен в другую сторону, рот приоткрыт.

Поза: нога выставлена вперед, корпус тела слегка наклонен вперед.

14. «Спящий котенок»

Ребенок исполняет роль котенка, который ложится на коврик и засыпает. У котенка мерно поднимается и опускается животик. Этюд сопровождается музыкой.

15. «Медвежата выздоровели»

заболели медвежата Тим и Том. К ним пришел доктор Зай. Он вылечил медвежат. И стало очень хорошо. Не болят больше животы у Тима и Тома.

Выразительные движения: положение сидя, ноги раздвинуты. Тело отклонено назад, подбородок слегка приподнят. Улыбка.

16. «Факиры»

Дети садятся на пол, скрестив ноги по-турецки, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены. Голова опущена (борода касается груди), глаза закрыты. Пока звучит музыка, факиры отдыхают. Они делают глубокий вдох и долгий выдох.

17. «Битва»

Один ребенок изображает Ивана – царевича, который сражается с трехглавым Змеем – Горынычем и побеждает его. Рад и горд своей победой Иван – царевич.

Выразительные движения:

1. У исполнителя роли Змея – Горыныча голова и кисти рук – это головы Змея – Горыныча. Они качаются, делают выпады в сторону Ивана-царевича, никнут по очереди (срубленные), поднимаются (вырастают новые). Иван- царевич с видимым усилием размахивает воображаемым мечом.

2. Поза и мимика победителя. Плечи развернуты, ноги слегка расставлены. Голова откинута. Брови приподняты. Губы тронуты улыбкой.

18. «Северный полюс»

У девочки Жени был волшебный цветик - семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женья свой заветный цветик - семицветик. Оторвала один из его лепестков. Подбросила его вверх и сказала:

«Лети, лети лепесток.

Через запад на восток.

Через север, через юг.

Возвращайся. Сделав круг.

Лишь коснешься ты земли -

Быть, по-моему, вели.

Вели, чтобы я была на Северном полюсе.

И женья тут же. Как была в летнем платьице. С голыми ногами. Одна одинешенька. Оказалась на Северном полюсе, а мороз там 100 градусов!

Выразительные движения: колени сомкнуты так, что одно колено прикрывает другое, руки около рта; дышат на пальцы.

19. «Ой, ой, живот болит».

Два медвежонка Тим и Том съели вкусные, но немывтые яблоки. У них разболелись животы.

Медвежата жалуются:

Ой, ой, живот болит!

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем Том и Тим!

Жалоба медвежат сопровождается музыкой.

Выразительные движения брови приподняты, двинуты. Глаза прищурены; туловище согнуто. Живот втянут, руки прижаты к животу.

20. «Очень худой ребенок»

ребенок плохо ест. Он стал очень худым и слабым, даже муравей может повалить его с ног.

Это кто там печально идет?

И печальную песню поет?

Муравей пробежал.

Повалил его с ног,

И вот он лежит одинок,

Муравей повалил его с ног.

Митя из дому ушел,

До калитки дошел,

Но дальше идти он не смог!

Он каши, он каши. Он каши не ел,
Худел, худел, болел, слабел!
И вот он лежит одинок,
Муравей повалил его с ног!
(Э. Мошковская)

Дети по очереди показывают, какое лицо у Мити. Затем дети распределяют между собой роли бабушки, муравья и Мити. Бабушка кормит Митю с ложечки. Митя с отвращением отодвигает от себя ложку. Бабушка одевает Митю и отправляет его гулять. Мальчик, пошатываясь. Идет по направлению к калитке (специально поставленные стул). Навстречу выбегает муравей и трогает его своими усиком (пальцем) – Митя падает (приседает).

21. Пантомима «Я так устал»

Маленький гномик несет на плече большую еловую шишку. Вот он остановился. Положил шишку у своих ног и говорит: «Я так устал. Я очень устал». Звучит музыка.

Выразительные движения: стоять. Руки висят вдоль тела; плечи опущены.

22. «Золушка»

Девочка изображает Золушку, которая приходит после бала домой очень печальной: она потеряла туфельку...

Выразительные движения: поникшая голова, сведенные брови, опущенные уголки глаз, замедленная походка.

23. Пантомима «соленый чай»

Бабушка потеряла очки, и поэтому она не заметила, что насыпала в сахарницу вместе сахарного песка мелкую соль.

Внук захотел пить. Он налил себе в чашку горячего чая и, не глядя, положил в него 2 ложечки сахарного песка, помешал и сделал первый глоток. До чего же противно стало у него во рту!

Выразительные движения: голова наклонена назад, брови нахмурены. Глаза сощурены. Верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен – ребенок выглядит так, словно он подавился и сплевывает.

24. «Грязная бумажка»

На полу в коридоре лежи грязная бумажка. Ее надо поднять и выбросить. Мальчик брезглив. Ему кажется, что эта бумажка из туалета. Наконец он пересиливает свое отвращение, берет бумажку кончиками пальцев и, отведя руку сторону. Относит ее в ведро для мусора.

«грязная» бумажка делается из чистой, которая закрашивается акварельными красками в неопределенный цвет и затем мнется.

Если брезгливый ребенок не решается ее поднять, то на следующем занятии он вместе с другими детьми изготавливает «грязную» бумажку сам, т.е. сам раскрашивает. Мнет и бросает ее на пол. Затем проводится игра.

25. «Гадкий утенок»

Дети вместе с педагогом вспоминают сказку Г.-Х. Андерсена «гадкий утенок», затем разыгрывают эпизод на птичьем дворе. Птицы и человек демонстрируют свое презрительное и брезгливое отношение к утенку, который не был похож на других утят. Они считали его безобразным и гадким.

«все гнали бедного утенка. Даже братья и сестры говорили ему: «Хоть бы кошка утащила тебя, несоосный урод!». А мать прибавляла: «Глаза бы на тебя не глядели!»

утки щипали его, куры клевали, а девушка, которая давала птицам корм, толкала ногою».

Утенок не выдержал пренебрежительного и враждебного отношения к себе. Он убежал с птичьего двора.

Выразительные движения:

1.Отвращение: голова откинута назад, брови нахмурены. Глаза прищурены, ноздри раздуты и сморщены, углы губ опущены или, наоборот, верхняя губа подтягивается вверх.

2. Униженность: голова наклонена вниз, плечи сведены вперед

26.Пантомима «Дюймовочка у майских жуков»

Дети вместе с ведущим вспоминают сказку Г.-х. Андерсена «Дюймовочка» и особое внимание обращают на эпизод, когда майский жук приносит Дюймовочку на дерево, где он жил.

«Он (майский жук) уселся с крошкой на самый большой лист, покормил ее сладким цветочным соком и сказал, что она прелесть какая хорошенькая, хоть и совсем не похожа на майского жука.

Потом к ним пришли с визитом другие майские жуки, которые жили на этом же дереве. Они оглядывали девочку с головы до ног, и жучки- барышни шевелили усиками и говорили:

-У нее только 2 ножки! Жалко смотреть!

-у нее нет усиков!

-какая у нее тонкая талия! Фи! Она совсем как человек!

-какая некрасивая! – сказали в один голос все жуки женского пола.

Дюймовочка была премиленькая! Майскому жуку, который принес ее, она тоже сначала понравилась, а тут вдруг, и он нашел, что она безобразная, и не захотел держать ее у себя – пусть идет куда знает. Он слетел с нею с дерева и посадил ее на ромашку»

Дети, взявшиеся изображать майских жуков, с презрением рассматривают Дюймовочку.

Выразительные движения: смотреть сверху вниз; голова откинута назад, брови приподняты, лицо вытянуто. Выразить пренебрежение движением: отстраняться, отходить от презираемого существа, как бы испытывая тошноту.

27. «Сердитый дедушка»

К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, что Петя ушел за калитку. А если из леса придет волк, что будет с Петей?

Мимика: нахмуренные брови.

28. «Гневная гиена»

Гиена стоит у одинокой пальмы (специально поставленный стул). В листьях пальмы прячется обезьянка. Гиена ждет, когда обезьянка обессилит от голода и жажды и спрыгнет на землю. Тогда она ее съест. Гиена приходит в ярость. Когда кто-нибудь подходит к пальме. Чтобы помочь обезьянке

Я страшная Гиена,

Я гневная Гиена,

От гнева на моих губах

Всегда вскипает пена.

Выразительные движения: усиленная жестикуляция.

Мимика: сдвинутые брови, сморщенный нос, оттопыренные губы.

29. «Два сердитых мальчика»

Мальчики поссорились. Они очень сердиты, сдвинули брови. Размахивают руками, наступают друг на друга, вот- вот подерутся.

30. «Лисенок боится»

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная. Да и глубоко тут.

Выразительные движения: поставить ногу вперед на носок, потом вернуть ногу на место. Повторить это движение несколько раз. Для большей выразительности можно имитировать стряхивание с ноги воображаемых капелек воды.

31. «Страх»

Мальчик боится одиночества. Он неподвижно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь...

Вдруг в другой комнате кто-то притаился, что тогда?

Выразительные движения: голова откинута назад и втянута в плечи.

Мимика: брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт как бы для восклицания.

32. «Разъяренная медведица»

На лесной полянке мальчик увидел маленького медвежонка. Медвежонок подбежал к мальчику и стал хватать его за ноги, как бы приглашая поиграть с ним. Медвежонок был смешным и веселым. Почему бы не поиграть с таким пушистым несмышленишкой? Вдруг послышалось какое-то громкое урчание, и мальчик увидел, что на него, поднявшись на задние лапы, идет медведица. Мальчик подбежал к большому дереву и влез на него. Медведица не полезла на дерево за мальчиком, а стала яростно царапать ствол когтями, рычать. Злобно глядя на мальчика.

Вдруг где-то далеко заскулил медвежонок. Медведица оставила дерево и побежала выручать медвежонка теперь уже из настоящей беды.

Мальчик немного посидел на дереве. Потом спустился и побежал домой.

Выразительные движения: ярость: сдвинутые брови, оттопыренные губы, сморщенный нос, рычание, тело дрожит, усиленная жестикуляция.

33. «Гроза»

За окном гроза. Хлещет дождь. Сверкает молния. Грозно гремит гром.

Ребенок один дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно.

Выразительные движения: голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты. Брови идут вверх и сдвигаются, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука силой сжимает другую.

34. Пантомима «Провинившийся»

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину.

Выразительные движения: голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты; руки висят вдоль тела.

Мимика: брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

35. «Ваське стыдно»

Жила-была девочка Галя. У нее была кукла Таня. Галя играла с куклой, кормила ее, спать укладывала. Один раз положила свою куклу спать на кроватку. Забрался туда кот Васька и уронил куклу на пол.

Пришла Галя домой, увидела, что ее кукла лежит на полу, подняла куклу и давай ругать Ваську: «Зачем ты, Васька, мою куклу уронил?»

А Васька стоит. Голову опустил: стыдно ему.

Прослушав рассказ, дети по очереди показывают, как стыдно было коту Ваське.

36. Пантомима «Чуня просит прощения»

От хвастушки – поросенка Чуни ушли друзья – ежик и белочка, а волк тут как тут. Чуня зовет друзей:

Где вы верные друзья?

Чуне помогите!

За бахвальство и за смех

Вы меня простите.

(В. Соколов. Т. Дмитриева)

Выразительные движения: первая, вторая строчки: поворачивать Головой в разные стороны, брови приподняты, руки протянуты вперед. Третья, четвертая строчки: опущенная голова. Брови приподняты, губы вытянуты и слегка надуты, руки висят вдоль тела.

37. «Таня – плакса»

Дети водят хоровод, в центре которого Таня, и читают стихотворение:

Наша Таня громко плачет:
Уронила в речку мячик.
Тише. Танечка, не плачь –
Не утонет в речке мяч.
(А. Барто)

Пока дети читают стихотворение, Таня горько плачет. Когда хоровод останавливается, Таня вытирает слезы и широко улыбается.

38. Пантомима «Разные настроения»

Педагог читает стихотворение Еф. Юдина «вот какой малыш», а ребенок изображает мимикой различные эмоциональные состояния, описанные в тексте.

Ох, как плачет малыш –
Что медведь рычит.
А смеется малыш –
Что ручей журчит.
А уж слезы текут –
Будто дождик льет.
Улыбается малыш –
Будто солнце взойдет.
Вот какой малыш –
Сын мой.

39. «Разное настроение»

Капризуля мальчик Марк.
Не унять его никак.
Улыбнется он на миг –
Засияет солнца лик.

Дети по очереди мимикой показывают эмоциональное состояние мальчика марка.

Выразительные движения: 1-4-й такты – капризное настроение: брови опущены и сдвинуты, губы полуоткрыты, уголки губ опущены вниз, голова слегка наклонена вниз, плечи опущены. Капризная гримаса на лице дополняется легкими движениями поочередно обоими плечами вперед и назад.

5-8-й такты – хорошее настроение: брови приподняты, губы тронуты улыбкой. Голова слегка откинута назад. Плечи развернуты.

40. Пантомима «Что в углу?»

Из стульев строится кровать. Ребенок делает вид, что раздевается и ложится в постель, закрывает глаза. Входит бабушка – другой ребенок, делает вид, что снимает халат, а потом подходит к внуку, видит, что он спит, поправляет одеяло и уходит из комнаты, выключает свет.

Педагог читает стихотворение Ал. Кушнир «Что в углу?»
Что виднеется в углу
С черной тенью на полу.
Непонятное, немое,
Не пойму и сам какое.
Человек или предмет?
Ах, скорей зажгите свет!
Вдруг оно сейчас подскочит.
Утащить меня захочет?
Вдруг. Издав ужасный стон,
Побежит за мной вдогон?
Схватит? Стащит одеяло?
Свет зажгли – мне стыдно стало.
Я ошибся. Виноват.
Это – бабушкин халат.

Затем мальчик открывает глаза – ему делается страшно. Входит дедушка и включает свет. Мальчику стало стыдно.

Выразительные движения:

1. Беспокойство: надутые щеки. Сощуренные глаза, углы рта опущены, оттянуть назад.

2. Сожаление, стыд: брови приподняты и сведены, рот открыт (вытянутое лицо), плечи приподняты.

41. «Потерялся»

Мальчик с родителями приехал в незнакомый ему город. Они только сошли с поезда и идут по перрону. Вдруг мальчик увидел большую собаку и от удивления даже остановился (этюд «удивление»). А родители пошли дальше. Собака убежала. Мальчик оглядывается, но мамы и папы (бабушки) нигде нет. Он бежит к выходу в город (специально поставленные стулья), выходит... и застывает в позе отчаяния: мамы и папы здесь нет (этюд «Момент отчаяния»).

Родители тоже ищут мальчика. Они подходят к нему сзади и трогают за плечо. Радость встречи. Мама и папа берут его за руки и весело идут с ним по городу (этюд «хорошее настроение»).

42. «Пожар»

Педагог рассказывает следующую историю, а дети изображают описанные в ней события «два брата остались дома, так как в детском саду был карантин. А мама не нашел никого, кто бы мог побыть с ними, пока она будет на работе. Мальчики этому очень обрадовались».

Как только за мамой закрылась дверь. Братья отправились на кухню за спичками. Спички нашли быстро, целых 2 коробка. Ребята вышли в коридор, разгородили его стульями и стали играть в войну. Они чиркали спичками о коробки и, когда спички загорались. Кидали их через стулья друг другу. Представляя. Что стулья – это граница. А летящие спички – боевые ракеты.

Спички в полете гасли. А если случалось, что спичка падая, продолжала гореть на полу, то стоило на нее наступить ногой, как от огня ничего не оставалась.

«Ура! Пли! Огонь! – кричали братья то по очереди. То вместе. Не замечая, что одна из непогасших спичек провалилась за тумбочку для обуви. За тумбочкой лежала газета. Газета вспыхнула и подожгла снизу обои, загорелась и задняя стенка тумбочки. В коридоре стало дымно».

Ребята наконец почувствовали запах дыма и увидели, что он поднимается из-за тумбочки. Они бросили игру. Побежали на кухню, набрали воды в чашку, потом перелезли через стулья, которые мешали им подойти к тумбочке и начали лить воду туда, откуда шел дым. Но дым продолжал клубиться. Ребята решили отодвинуть тумбочку от стены, чтобы посмотреть, что там, но только они взялись за нее, как она упала на бок. Из-за тумбочки вырвались языки жаркого пламени, огонь побежал по стене, и ребята оказались отрезанными от воды и от выхода из квартиры.

Братья испугались, громко заревели, убежали в комнату и зарыли дверь, но дым проникал и сюда. Дети стали кашлять. Задыхаться. Они хотели открыть форточку, но им было уже очень плохо. Мальчики смогли только дойти до кровати, они залезли на нее, закрылись одеялом и, потеряли сознание.

Ребята очнулись в больнице. Возле них сидела их мама, рядом стоял доктор, братья сразу же все поняли. Мальчики горько заплакали, стали просить прощение у мамы. Когда дети успокоились, мама рассказала сыновьям, как к ним домой приезжали пожарные, как кони вынесли ребят из огня и тушили пожар».

43. Пантомима «Два рыболова»

Дети изображают события, описанные в рассказанной педагогом истории.

«на мосту стояли 2 мальчика и удили рыбу. У них были одинаковые удочки, одинаковые ведерки для рыбы, да и стояли они недалеко друг от друга. Но один мальчик то

и дело вытаскивал из воды рыбку за рыбкой, а другой только с досадой поглядывал на него. Вот и сейчас у него не клюет. А у соседа опять дергается поплавок.

У неудачливого удильщика на лице все сильнее выражалась досада, а у удачливого лицо было, как у задаваки, насмешливое».

44. «Котята»

Педагог читает английскую народную песенку в переводе С.Я. Маршака.

Два маленьких котенка поссорились в углу.

Сердитая хозяйка взяла свою метлу

И вымела из кухни дерущихся котят,

Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.

А дело было ночью, зимою, в январе,

Два маленьких котенка озябли во дворе.

Легли они свернувшись, на камень у крыльца,

Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.

Но сжалилась хозяйка и отварила дверь.

«Ну что, - она спросила – не ссоритесь теперь?»

прошли они тихонько в свой угол на ночлег,

со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,

и оба перед печкой заснули сладким сном.

А вьюга до рассвета шумела за окном.

Дети. Послушав песенку. По очереди показывают мимику хозяйки. Озябших котят. Сладкий сон согрехшихся котят. Затем разыгрывают всю сценку полностью.

45 .«Смелый заяц»

Заяц любил стоять на пеньке и громко петь песни и читать стихи. Он не боялся, что его услышит волк.

Выразительные движения.

Поза: положение стоя, одна нога чуть впереди другой, руки заложены за спину, подбородок поднят.

46. «Капитан»

ребенок представляет себя капитаном. Капитан стоит на мостике корабля и смотрит вперед. Вокруг темное небо. Высокие крутые скалы, свистит ветер. Но не боится капитан бури. Он чувствует себя сильным, смелым, уверенным. Он доведет свой корабль до порта назначения.

Выразительные движения: спина прямая, ноги расставлены, взгляд устремлен вперед, иногда капитан подносит к глазам воображаемый бинокль.

47. «Добрый мальчик»

Педагог рассказывает детям небольшую историю, а дети потом изображают описанные действия.

Зима. Маленькая девочка, играя со снегом, потеряла варежку. У нее замерзли пальчики. Это увидел мальчик. Он подошел к девочке и надел на ее руки свою рукавицу.

48. Пантомима «Посещение больного»

Мальчик заболел. К нему пришел друг. Он с сочувствием смотрит на больного, потом дает ему попить, поправляет одеяло.

49. «Честный шофер»

Педагог читает историю, а дети показывают описанные в ней события, стараются изобразить как можно точнее.

«В такси (специально поставленные стулья) сел мужчина. У него был фотоаппарат. Он сказал шоферу, куда ехать, и они быстро прибыли к дому. Шофер посмотрел на то место. Где сидел пассажир, и увидел оставленный на сиденье фотоаппарат. Он остановил машину, взял забытую пассажиром вещь и пошел к подъезду, в которой вошел владелец фотоаппарата. Водитель не знал, в какой квартире живет рассеянный пассажир, поэтому он стал звонить во все квартиры подряд. Наконец на 2 этаже одну из дверей открыл сам

владелец фотоаппарата. Таксист, улыбаясь, протянул ему потерю. Мужчина поблагодарил водителя».

50. Пантомима «Сварливый папа»

Педагог читает историю, а дети показывают описанные в ней события, стараются изобразить как можно точнее.

«Мальчик с папой отдыхали за городом. У них был свой огород. На одной из грядок росла клубника. Как-то утром отец отправился в соседнюю деревню на почту, а сына попросил собрать покрасневшую клубнику. Мальчик выполнил поручение отца очень аккуратно: не смял ни одного листочка, не сорвал ни одной зеленой ягодки. Мальчик отнес ягоды домой и побежал на речку. И вот. Пока он купался, к ним в огород пролез соседский поросенок и стал ходить по грядке с клубникой. Соседка увидела поросенка и увела его домой. Когда папа вечером пришел домой и увидел испорченную грядку, то очень рассердился на сына. Мальчик стал говорить, что это не он испортил грядку. Папа рассердился еще больше, так как подумал, что его сын еще и лгун. Отец велел сыну пойти в другую комнату и подумать над своим поведением. В это время пришла соседка, и рассказал о поросенке. Папа пошел к сыну, сел рядом с ним, обнял и сказал: «Я был не прав, что не поверил тебе. Прошу у тебя прощения».

51. «Любящий сын»

Мальчик потихоньку входит в комнату с подарком, спрятанным за спиной. Он идет на носочках и улыбается. Мама не знает, что мальчик в комнате и сейчас сделает ей подарок.

52. Пантомима «Монетка на мороженое»

Мама дала девочке монетку на мороженое. Девочка вприпрыжку побежала по дороге и не заметила, как монетка выскочила у нее из кармана. Вот и киоск, где продают мороженое. Опустила девочка руку в кармашек, а денег там уже нет. Девочка пошла по дороге назад. «Где же я потеряла денежку?» - думает девочка. Монетку нашел мальчик. Он тоже решил на эти деньги купить мороженое. Мальчик поравнялся с девочкой. Девочка спросила: «ты не видел денежку? Мама дала мне монетку, а я ее потеряла» – вот она», - ответил мальчик и протянул девочке пропажу. «Ты честный», - сказала девочка. Она купила мороженое и поделилась с мальчиком.

54. «Робкий ребенок»

Ребенок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, что воспитательница им недовольна, а дети вот-вот обидят.

Выразительные движения. Сидеть на кончике стула очень прямо, колени сдвинуты, пятки и носки сомкнуть, локти прижать к телу, ладони лежат на коленях, голову опустить.

55. Пантомима «Хочу все!»

Мальчик пришел с мамой в магазин, чтобы купить спортивную обувь. В этом же магазине продавались спортивные велосипеды.

-я хочу этот велосипед, - сказал мальчик.

Мама показала ему деньги в кошельке и шепотом сказала, что у нее нет денег на велосипед.

-А мне что до этого! –громко закричал мальчик и даже топнул ногой. – Хочу и все!

Мама оглянулась и увидела, что покупатель и продавец смотрят на ее сына. Она потянула мальчика за руку, чтобы выйти с ним поскорее из магазина, но он подогнул ноги под себя и повалился назад. У мамы не хватило сил, чтобы удержать руку в своей руке... и вот он лежит на грязном полу, стучит кулаками об пол, пинает ногами воздух и, выгибает спину, повторяет плачущим капризным голосом: «Хочу! Хочу и все!»

56. «Эгоист»

Мама принесла к чаю 3 пирожных. Мальчик взял себе одно пирожное и показал пальцем на 2 других: «А эти я съем вечером». Мама подумала: «Мой сын – эгоист».

57. Пантомима «Ябедник»

Мальчик мешает рисовать сидящим за столом ребятам. Он то забирает к себе все карандаши, то портит чужие рисунки, чиркая в них карандашом. Дети прогоняют его. Мальчик, плача, бежит к своей маме (педагогу) и говорит, что его обидели.

58. «Притвора»

Мальчики играют в пятнашки (салки), они догоняют и пятнают друг друга. Неожиданно один мальчик падает и не поднимается.

Товарищи подходят к упавшему. Он не двигается. Мальчики поднимают его, осматривают ногу, усаживают на скамью. Внезапно мальчик отталкивает товарища, вскакивает, пятнает ближайшего и бежит. Товарищи пытаются его догнать. Но он спасается бегством.

59. Пантомима «Горе у Федота»

Педагог читает отрывок из поэмы Л. Филатова «Про Федота – стрельца».

Пришел Федот домой,

От горя немой.

Сел в уголок,

Глядит в потолок.

Ясные очи слезой заволок.

Маня есть кличет,

А он шею бычит,

Ничаво не хочет,

Супится да хнычет...

Дети показывают состояние Федота – стрельца.

Выразительные движения: правой рукой подпереть подбородок, левую безвольно опустить вдоль туловища.

60. «Собака лает и хватает за пятки»

Ребенок гуляет. Мимо на поводке ведут собаку. Она лает на мальчика и пытается, натягивая поводок. Достать мордой до его ног.

61. Пантомима «Ночные звуки»

Утенок убежал с птичьего двора. Ночь застала его в лесу. К тому же испортилась погода. Пошел дождь. Поднялся ветер. Деревья громко скрипели и гнули ветви под напором ветра почти до земли, а утенку казалось, что его хватают большие темные. Мохнатые лапы. Перекликались филины, а утенок думал, что это кто-то кричат от боли. Долго метался утенок по лесу, пока нашел себе местечко, где можно спрятаться.

В зале притемняется свет. Все дети, кроме ребенка- утенка, изображают деревья, коряги. Пеньки. Из стульев можно сделать берлогу. Пока звучит музыка, дети, не сходя со своих мест, принимают угрожающие позы и издают громкие, пугающие звуки: завывают. Ухают и т.п. Утенок прячется в маленькой пещерке (под столом). Он собирается в комочек и дрожит.

Когда перестает звучать музыка, включают свет. Этюд закончен. Все дети подходят к ребенку и по очереди слушают, как сильно и гулко бьется у него сердце.

62. «Стыдно»

Мальчик Коля случайно сломал переключатель у телевизора. Он испугался, что мама его накажет. Коля сказал, что переключатель крутил его брат. Брата наказали. Старшему брату стало очень стыдно.

Выразительные движения: голова наклонена вперед, брови подняты и сдвинуты, углы рта опущены.

63. Пантомима «Поссорились и помирились»

Два ребенка изображают сначала поссорившихся детей.

Выразительные действия: двое детей стоят спиной друг к другу и притопывают одной ногой; руки на поясе или за спиной.

Затем изображают помирившихся детей.

Выразительные действия: дети поворачиваются лицом друг другу и, улыбаясь, берутся за руки. Весело кружатся в танце. В конце обнимаются.

64. «Прогулка»

Летний день. Дети гуляют (этюд «Хорошее настроение»). Пошел дождь (этюд «Золотые капельки»). Дети бегут домой.

Прибежали они вовремя, начинается гроза (этюд «Гроза»). Гроза быстро прошла, перестал идти дождь. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам (этюд «После дождя»).

65. Пантомима «Змей-Горыныч»

В сказочном городе (поставленные по кругу стулья) живут царевич, царевна и ремесленники. Сторожит город стражник. Иван-царевич уходит на охоту. Царевна вышивает. Ремесленники каждый занят своим делом (кузнец кует, маляр красит и т.д.). Стражник обходит город. Вдруг налетает Змей-Горыныч. Он смертельно ранит стражника, убивает ремесленников, а царевну уносит (уводит) в свою пещеру (специально поставленные стулья). Змей-Горыныч летает перед входом в пещеру, сторожит царевну, Иван-царевич возвращается с охоты. Стражник приподнимается, показывает направление, куда Змей - Горыныч унес царевну, бессильно падает. Иван-царевич берет меч и идет сражаться со Змеем-Горынычем (этюд «Битва»). Борется и побеждает его. Как только Змей - Горыныч падает, стражник и ремесленники оживают, а из пещеры выходит царевна. Иван-царевич ведет царевну в город. Царевна снова вышивает, ремесленники работают, стражник обходит город, а Иван-царевич собирается на охоту.

66. «В темной норе»

Два друга утенок и Зайчонок, пошли гулять. По дороге им встретилась лиса. Лиса подумала, что хорошо бы ей съесть малышей, но вслух сказала: «Здравствуйте, неразлучные друзья! А у меня для вас в моей норке приготовлено угощение – вкусные конфеты и рассыпчатое печенье.

Пойдемте со мной!» малыши поверили лисе и пошли с ней. Пришли. Лиса открыла дверцу в свою нору: «Заходите первыми!» только переступили порог Утенок и Зайчонок, как Лиса быстро закрыла дверцу на крючок и засмеялась: «Ха-ха-ха! Ловко я вас провела. Побегу я теперь за дровами, разведу огонь, вскипачу воду и брошу в нее вас, малышей. Это вкусное у меня будет угощение!»

Утенок и Зайчонок, оказавшись в темноте и услышав насмешку Лисы, поняли, что попались. Утенок заплакал и стал громко звать свою маму. Зайчонок не плакал, он думал...» Давай, Утенок, выроем подземный ход и убежим от сюда». Сказал наконец зайчонок. Утенок перестал плакать и вместе с Зайчонок принял рыть землю. Вскоре в небольшую щелку проник свет, щелка становилась все больше и больше, и вот друзья уже на воле. Утенок и Зайчонок обнялись и радостные, и веселые побежали домой. Пришла Лиса с дровами, положила их на землю, сняла крючок, открыла дверцу, посмотрела в нору и замерла от удивления... В норе никого не было.

Игра проводится рядом с местом, где нет естественного освещения (коридор, кладовка и т.д.). Эта темная комната будет лисьей норой. Дети роют подземный ход, скребя пальцами по двери. Педагог через некоторое время начинает потихоньку приоткрывать дверь.

67. Пантомима «Маленький скульптор»

Ребенок изображает скульптора, остальные дети - глину. Скульптор задумывает слепить из глины злого волка. Он ведет одного ребенка на середину зала и показывает ему, как он должен встать, какое надо сделать лицо, чтобы походило на злого волка. Ребенок - глина застывает в данной позе. Скульптор обходит вокруг статуи, любуется ею, а если он неудовлетворен своей работой, снова показывает позу и мимику ребенку – глине.

68. «Часовой»

Ребенок изображает пограничника. Педагог читает стихотворение С. Погореловского.

Стоит он в дозоре,

И зорек, и смел,

Чтоб мир потревожить

Никто не посмел.

Выразительные движения: голова держится прямо и немного откинута назад, взгляд устремлен вперед, ноги слегка расставлены, руки как бы держат воображаемый автомат.

69. Пантомима «Внимательный мальчик»

По улице шла женщина с покупками. У нее упал сверток. Мальчик, увидев это, подбежал, поднял сверток и подал женщине. Женщина поблагодарила мальчика.

70. «Вежливый ребенок»

В зале на стульях сидят дети. Звучит музыка. Входит ребенок и вежливо здоровается с каждым сидящим в зале.

71. Пантомима «Так будет справедливо»

Мама ушла в магазин. Как только за нею закрылась дверь, братья стали баловаться: они то бегали вокруг стола, то боролись, то кидали друг другу, словно мячик, диванную полушку. Вдруг щелкнул замок: это вернулась мама. Старший брат, услышав, что дверь открывается, быстро сел на диван. А младший не заметил маминого прихода и продолжал играть с подушкой. Вот он подбросил подушку вверх и попал ею в люстру. Люстра стала раскачиваться. Мама, рассердилась. Поставила провинившегося в угол. Старший брат поднялся с дивана и стал рядом с братом.

- почему ты встал в угол, я же тебя не наказывала? - спросила мама.

- так будет справедливо, - ответил ей старший сын. – Ведь я придумал кидаться подушкой.

Мама растроганно улыбнулась и простила обоих братьев.

72. «Чуня-задавака»

Поросенок Чуня хвастался перед Белочкой и Ежонком, что не боится волка:

Я стукну волка в нос,

Ему по уху дам.

Я срежу волку хвост!

Пусть волк боится сам.

Выразительные движения: голова повернута и откинута назад. Брови приподняты, плечи развернуты. Ноги слегка расславлены. Правая рука лежит на бедре, левая рука делает размашистые угрожающие движения.

73. «Наглец»

Мальчик сел с гармошкой на скамейку под окнами и громко заиграл. Из подъезда вышла женщина и попросила перейти на другое место: «ты играешь как раз под нашими окнами, а у меня только-только заснула больная девочка!» - «А мне – то что?» - сказал сквозь зубы мальчик и заиграл еще громче.

**Физкультминутка
«Игра с шарфиком» (на напряжение мышц шеи).**

Пришла мама и раздала медвежатам шарфики, чтобы они больше не мерзли. Полусонные медвежата, не открывая глаз, повязали шарфики на свои шейки. Покрутили медвежата головой из стороны в сторону: хорошо, тепло шейкам.

«пчелка мешает спать» (игра лицевых мускулов).

В берлогу снова прилетела пчелка. Решила сесть кому-нибудь на язычок, но медвежата быстро стиснули зубы, сделали губы трубочкой и стали крутить ими в разные стороны. Пчелка обиделась и улетела. Медвежата снова слегка открыли рот – язык отдыхает. Пришла мама- медведица и зажгла свет. От яркого света медвежата крепко зажмурились и сморщили нос. Мама видит: все в порядке; погасила свет. Медвежата перестали жмуриться и морщить нос. Снова прилетела пчелка. Медвежата не стали ее прогонять, а покатали ее у себя на лбу, двигая брови вверх-вниз. Пчелка поблагодарила медвежат за удовольствие и улетела спать.

Пантомима «Солнышко и туча» (на напряжение и расслабление мышц туловища).

Солнце зашло за тучку, стало свежо (сжаться в комочек, чтобы согреться, задержать дыхание). Солнце вышло из-за тучки, жарко (расслабиться); разморило на солнце (на выдохе).

«В уши попала вода» (на напряжение и расслабление мышц шеи).

В положении лежа на спине ритмично покачать головой, вытряхивая воду из одного уха, потом из другого.

«Листочки»

Педагог читает стихотворение, а дети двигаются согласно описанию в тексте (сначала сидят на стульях, затем кружатся, «летят» по всей комнате и в конце садятся на ковер).

Мы листочки осенние,
На ветках мы сидим.
Дунул ветер – полетели.
Мы летели, мы летели
И на землю тихо сели.
Ветер снова набежал
И листочки все поднял.
Закружились. Полетели
И на землю тихо сели.

Пантомима «Карлсон»

Ведущий предлагает детям отгадать загадку:

Мой дом – у вас на крыше!

Я каждому знаком!

И мой пропеллер слышен

Над вашим чердаком!

(М. Танич)

Затем ребенок показывает, какое лицо у Карлсона, а другой – какое довольное лицо у мальчика. К которому прилетел Карлсон.

«Новая кукла (машинка)»

девочке подарили новую куклу (мальчику – новую машинку). Она рада, весело качает, кружится. Играет с куклой. Этюд сопровождается музыкой.

«Ключ нашелся»

мальчик учится в школе. Он приходит домой раньше своих родителей, поэтому у него есть свой ключ от квартиры. Вот и сейчас он достанет ключ. Откроет дверь, войдет в свою комнату. Положит портфель. Быстро поест и пройдет гулять... Но где же ключ?

Мальчик ищет его и в портфеле, и в карманах, и вокруг себя на полу... нет ключа.

Мальчик расстроился: мама и папа придут с работы поздно, да и попадет ему за потерю. Он пошел на улицу и стал искать его там. Искал долго и, когда уже собрался заплакать, вдруг увидел свой ключ под скамейкой (или висящим на веточке куста). Мальчик схватил ключ и от радости даже запрыгал вокруг скамейки, а потом вприпрыжку побежал домой.

«Смелый наездник»

Ребенок скачет на коне.

Я горжусь своим конем,

Он летит как ветер.

Обгоняю я на нем

Всех коней на свете.

(З. Петрова)

Пантомима «Старый гриб»

Старый гриб вот-вот упадет. Его слабая ножка уже не выдерживает тяжести большой раскисшей шляпки.

Выразительные движения: стоять, ноги расставлены. Колени слегка согнуты; плечи опущены, руки висят вдоль тела; голова клонится к плечу.

Пантомима «Остров плакс»

Путешественник прибыл на Волшебный остров, где живут одни плаксы. Он старается утешить то одного, то другого, но все дети плаксы отталкивают его и продолжают реветь.

Мимика: брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

Пантомима «Грязь»

Мальчик обул новые ботинки и пошел в гости к своему другу. Ему надо было перейти через дорогу. Где шли ремонтные работы, и было все раскопано. Недавно прошел дождь, и на дороге было грязно и скользко. Мальчик шел осторожно, стараясь не пачкать ботинки.

Выразительные движения: походка должна производить впечатление, что мальчик идет по грязи, ступая на кончики пальцев как бы нехотя и делая вид, что он выбирает более чистое место.

«Зайчики»

Выскочили маленькие зайчики. Лапки поджали к груди.

Зайка серенький сидит

И ушами шевелит (дети показывают).

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть (дети показывают).

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать (дети скачут).

Кто-то зайку напугал –

Зайка – прыг – и убежал (дети садятся).

Взялись детки за бока.

Заплясали гопака.

Прилетели утки,

Заиграли в дудки.

Ах, какая красота,

Заиграли дудки.

«Елочка»

Педагог читает стихотворение, а дети производят соответствующие движения.

У маленьких детишек елочка большая

(дети поднимают руки вверх).

Огоньками, шариками елочка сверкает
(дети поворачивают кисти рук).
Ай, да елочка. Погляди. Погляди
(дети хлопают в ладоши).
Деткам, елочка, посвети, посвети
(дети поднимают руки над головой и. кружась вокруг своей оси, поворачивают ладони
вправо, влево).

Не коли нас, елочка,
Веточкой лохматой (грозят пальчиком),
Убери иголочки
Дальше от ребяток (прячут руки за спину).

Пантомима «Король Боровик не в духе»

Педагог читает стихотворение. А ребенок действует согласно тексту.

Шел король Боровик
Через лес напрямик.
Он грозил кулаком
И стучал каблуком.
Был король боровик не в духе:
Короля покусали мухи.
(В. Приходько)

«Ванька - встань-ка»

Педагог читает стихотворение, дети приседают в такт стихотворения.

Ванька – встань-ка.
Приседай-ка.
Непослушный ты какой!
Нам не справиться с тобой!

«Бабочка»

Педагог читает стихотворение, а дети выполняют движения.

Спал цветок и вдруг проснулся,
Больше спать не захотел.
Шевельнулся, потянулся.
Взвился вверх и полетел.
Солнце утром лишь проснется,
Бабочка кружится, вьется.

Сидя за столами или на стульях, опустить голову вниз, руки на коленях, спину расслабить.

- 1-руки через стороны вверх – вдох;
- 2 – и.п. – выдох.
- 1- плавное движение руки вверх, смотреть на пальцы;
- 2-руки вниз;
- 3-приседаем;
- 4- и.п.

После слов: «Солнце утром...» маховые движения руками, кружение.

«Гриб»

педагог читает стихотворение, дети имитируют движения грибника: идут, наклоняются, срывают грибы. Кладут в кузовок. Движения должны быть неторопливыми, ритмичными.

Гриша шел, шел, шел,
Белый гриб нашел.
Раз-грибок,
Два - грибок.
Три - грибок,

Положил их в кузовок.

«Дождь»

Педагог читает стихотворение, а дети выполняют соответствующие движения.

Плыли тучи дождевые:

-Лей, дождь, лей!

Дождинки пляшут, как живые:

-Пей, дождь, пей!

И рожь, склоняясь к земле зеленой,

Пьет, пьет, пьет!

А теплый дождик неутомонный

Льет, льет, льет!

«Юла»

Педагог читает стихотворение, дети кружатся, положив руки на пояс.

Юла юлится под кустом,

Юлой юла вертится.

Но все-таки, заметьте-ка.

Юла –такая птица,

Чей нежный, тонкий голосок

Чист, словно скрипка. И высок.

(А. Пудваль)

Кружит юла на тонкой ножке,

Жужжит. Как будто бы жучок.

Захочет – вскачь пройдет немножко,

Захочет – ляжет на бочок.

«Звери и птицы»

Дети делятся на 4 группы, садятся или становятся в разных частях комнаты (возле разных столов).

1 группа детей – гуси будут кричать: «Гага-га».

2 группа - голуби («гуля-гуля-гуля»)

3 группа – ослики («иа - иа»)

4 группа детей – собачки («гав-гав»).

Педагог, проходя мимо каждого столика (домика тех животных, которых представляют дети), стучит по столу или звенит колокольчиком и спрашивает:

-кто-кто в этом домике живет? (дети отвечают).

Потом взрослый говорит:

-гуси, встаньте! Вытяните шейки и покрутите головой три раза.

-голуби, помашите своими крылышками.

-ослики. Сделайте три прыжка вперед и три назад.

-Собачки, на корточках сделайте 2 шага назад, потом 2 шага вперед.

После того, как педагог подойдет к каждому домику животных и птиц, он отходит и обращается ко всем:

-Звери подпрыгните 3 раза. Птицы, присядьте 2 раза.

Звери, покружитесь. Птицы. Сделайте по 2 наклона.

«Жук»

Педагог читает стихотворение, а дети выполняют соответствующие движения.

На лужайке, на ромашке

Жук летал в цветной рубашке (дети бегают по комнате.)

Жу-жу-жу. Жу-жу-жу,

Я с ромашкой дружу. (дети берут в руки воображаемую ромашку и кружатся.)

Тихо по ветру качаюсь,

Низко-низко наклоняюсь. (дети качаются, затем делают наклоны.)

Я нашла себе жука

На большой ромашке.
Не хочу держать в руках-
Пусть лежит в кармашке (дети показывают)
Ой. Упал, упал мой жук, (дети нагибаются)
Нос испачкал пылью (стряхивают пыль с носа)
Улетел зеленый жук,
Улетел на крыльях (дети машут руками. «улетают» на свои места.)

«Матрешки»

Педагог читает стихотворение, дети показывают движения матрешек.

Мы веселые матрешки.
Ладушки, ладушки.
На ногах у нас сапожки,
Ладушки, ладушки.
В сарафанах наших пестрых,
Ладушки, ладушки.
Мы похожи, словно сестры,
Ладушки, ладушки.

Исходное положение – руки согнуты в локтях, указательный палец правой руки упирается в правую щеку. При произнесении слов «ладушки, ладушки» дети каждый раз хлопают в ладоши, показывают сапожки на ногах. Ставят попеременно каждую ногу на носочек, на пятку и стучат каблучками. Далее на счет «1-2-3» кружатся, руки на поясе.

«Мороз»

Педагог читает стихотворение, дети повторяют слова и движения за взрослым.

Я мороза не боюсь,
С ним я крепко подружусь. (пожимают руки)
Тронет руку, тронет нос. (показывают руки, нос)
Значит, надо не зевать (изображаем зевоту)
Бегать. прыгать и играть (бегают, прыгают, играют)

«Мы тоже можем так»

Воспитатель читает стихотворение, дети выполняют соответствующие движения.

Смотри скорей, который час,
Тик-так, тик-так, так-так. (Дети показывают пальцем запястья)
Налево раз, направо раз!
Мы тоже можем так. (Дети делают наклоны туловища влево и вправо)
Чтоб стать похожим на орла
И запугать собак,
Петух расправил два крыла...
Мы тоже можем так. (дети вытягивают руки, плавно поднимают и опускают их)
Петух в лесу трубит в рожок – (Дети изображают игру на рожке)
Пугается русак. (Дети закрывают лицо руками)
Сейчас он сделает прыжок...
Мы тоже можем так.

(Дети приседают на корточки, поднимают руки к голове, вытягивают указательные пальцы, изображая заячьи уши, прыгают на месте.)

Идет медведь, шумит в кустах,

Спускается в овраг...

На двух ногах, на двух руках.

Мы тоже можем так.

(Дети становятся на четвереньки, двигаются сначала в одну, потом в другую сторону.)

Конь через мост идет шажком...

Мы тоже можем так. (Дети изображают лошадок, бегут в одну сторону рысцой, потом шагом.)

Теперь пора и отдохнуть,
Устали как-никак.
Поесть, попить и снова в путь...
Мы тоже можем так.

(Все приседают и движениями показывают, как наливают чай, размешивают сахар ложечками, нарезают бутерброды, потом пьют, едят, а после этого начинают снова работать.)

«Бегущие спортсмены»

Под музыку дети бегают по периметру зала (руки согнуты в локтях). Когда музыка прекращается, детям нужно остановиться.

«Бокс»

Под ритмичную музыку дети изображают боксеров: резко сгибают и разгибают руки, пальцы сжаты в кулаки.

«Ветер»

Педагог читает стихотворение, дети повторяют движения за педагогом.

Ветер дует на лицо (дети обмахивают лицо веерообразными движениями)

Закачалось деревцо (дети с поднятыми руками качаются то в одну, то в другую сторону)

Ветер тише, тише, тише. (дети медленно приседают)

Деревцо все выше, выше, выше (дети выпрямляются и потягиваются с поднятыми руками)

«Дровосек»

Соединенные пальцы рук подняты вверх над головой. Ноги прямые. Глубоким взмахом нужно разрубить пень воображаемым топором. Затем выпрямится.

«Зарядка»

Текст стихотворения сопровождается движениями детей.

Каждый день по утрам

Делаем зарядку (ходьба на месте)

Очень нравится нам

Делать по порядку:

Весело шагать (ходьба),

Руки поднимать (руки вверх).

Присесть и встать (приседание 4-6 раз),

Прыгать и скакать (10 прыжков).

«Ножки»

Педагог читает стихотворение, дети все слова сопровождают соответствующими движениями.

Хлопаем в ладошки,

Пусть попляшут ножки,

Пусть пляшут ножки,

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке,

Устали наши ножки.

Устали наши ножки.

Вот наш дом,

Где мы живем.

Ножки накрест – опускайся

И команды дожидайся.

А как скажу: «Вставай!» -

Им рукой не помогай.

Ножки вместе, ножки врозь,

Ножки прямо, ножки вкось.

Ножки здесь и ножки там.

Что за шум и что за гам?

«Паровоз»

Педагог читает стихотворение, а дети маршируют на месте, с продвижением вперед на полусогнутых ногах, согнутыми руками делаются движения взад-вперед.

Паровоз кричит: «Ду-ду,

Я иду, иду, иду!..

А колеса стучат,

А колеса говорят:

«Так-так-так!»

Едем, едем, долго едем,

Очень длинен этот путь.

Скоро до Москвы доедим,

Там мы сможем отдохнуть.

Вот поезд наш едет,

Колеса стучат,

А в поезде нашем

Ребята сидят.

Чу-чу-чу!

Бежит паровоз.

Далеко-далеко ребят он повез.

«Птички»

Педагог читает стихотворение, дети имитируют движения птичек.

Птички в гнездышке сидят

И на улицу глядят (дети сидят на корточках и вертят головой)

Погулять они хотят

И тихонько все летят (дети «разлетаются», машут руками, как крыльями)

«Пильщики»

Педагог читает стихотворение, дети имитируют движения пильщиков.

Мы пилили доску,

С утра у нас дела.

Стальные зубы остры,

Легко идет пила.

Мы сейчас бревно распилим,

Пилим, пилим, пилим, пилим.

1-2, 1-2,

Будут на зиму дрова.

«Вороны»

Педагог читает стихотворение, дети озвучивают ворон (каркают) и имитируют их движения.

Вот под елочкой зеленой

Скачут весело вороны:

Кар-кар-кар! (дети прыгают и громко каркают)

Целый день они кричали.

Спать ребятам не давали:

Кар-кар-кар! (дети машут руками, как крыльями и громко каркают)

Только к ночи умолкают

И все вместе засыпают:

Кар-кар-кар! (дети тихо каркают, садятся на корточки, руки под щеку – засыпают)

«Поезд»

Педагог читает стихотворение, дети имитируют движения поезда.

Паровоз. Паровоз,

Новенький, блестящий.
Он вагоны повез, точно настоящий.
Кто едет в поезд?
Плюшевые мишки,
Кошки пушистые,
Зайцы и мартышки.
Кто едет в поезде?
Куклы и матрешки.
Стрелочник, стрелочник
Вышел из сторожки.
Дальняя, дальняя.
Дальняя дорога
Вдоль нашей комнаты
Прямо по порога.

Дыхательная гимнастика

Пантомима «Отдых»

Мама-медведица спела медвежатам колыбельную, а медвежата, устроившись поудобнее, стали дремать. Медведица ушла в лес. (Пауза.) Медведица вернулась и стала рассказывать медвежатам, что им снизья. Всем медвежатам снится один и тот же сон: как будто они сидят в кустах и смотрят на играющих детей. (Пауза.)

Медведица говорит медвежатам, что они услышат сейчас прекрасную музыку, и, обращаясь к каждому медвежонку в отдельности, рассказывает, каким он будет хорошим, когда проснется. Потом она предупреждает медвежат, что скоро утро, и, как только запоет жаворонок, они проснутся. (Пауза.)

Поет жаворонок. Дети быстро и энергично или, если того требует дальнейшая деятельность детей, спокойно и медленно встают.

С удивлением и любопытством дети-медвежата выглядывают из берлоги: легли спать осенью, а сейчас весна. Всю зиму, оказывается. Проспали медвежата в берлоге.

Педагог предлагает медвежатам снова превратиться в детей. Психомышечная тренировка закончена.

Пантомима «Девочка, наступившая на хлеб»

В одной из своих сказок Г.-Х. Андерсен рассказал о девочке Инге. Инге была прехорошенькой, но вместе с тем гордой и спесивой. Жила она у богатых людей, а мать у нее была бедной. Инге стыдилась бедности своей матери. Однажды ее послали навестить мать.

«Инге нарядилась в сааме лучшее платье. Надела новые башмаки. Приподняла платьице и осторожно пошла по дороге, стараясь не запачкать башмачков, - ну, за это упрекать нечего.

Но вот тропинка свернула на болото, идти надо было по грязи. Не долго думая, Инге бросила в грязь хлеб, чтобы наступить на него и перейти через лужу, не намочив ног. Но едва она ступила на хлеб одной ногой, а другую приподняла, собираясь шагнуть на сухое место, хлеб стал погружаться с нею все глубже и глубже в землю, - только черные пузыри пошли по луже!»

Инге провалилась к болотнице. Болотница жила на болоте и варила там пиво.

«Помойка – светлый роскошный покой, по сравнению с пивоварней Болотницы! От каждого чана разит так, что человека тошнит, а таких чанов видимо – невидимо, и стоят они плотно-плотно один возле другого; если же между некоторыми и отыщется щелочка, то тут сейчас же наткнешься на съезжившихся в комочек мокрых жаб и жирных лягушек. Да, вот куда попала Инге! Очнувшись среди этого холодного. Отвратительного живого месива, Инге задрожала и почувствовала, что ее тело начинает коченеть».

Инге превратилась в каменную девочку.

(Дети пор очереди показывают позу каменной девочки и выражение ее лица, застывшие в брезгливой гримасе.)

Пантомима «Хмурый орел»

Педагог читает стихотворение В. Викторова:

Вот за решеткой хмур и зол

Сидит орел.

Могучих крыльев гордый взмах

Внушают страх.

Давно ль громады грозных скал он облетал

И камнем падал свысока

На врага.

Он был свободный властелин

Седых вершин.

Теперь в неволе хмур и зол

Сидит орел.

Затем ребенок изображает орла, который медленно взмахивает крыльями, взбирается на камень (стул) и хмуро разглядывает детей из-за решетки (составленной из стульев).

Игра «Школа добрых волшебников»
(для детей старшего дошкольного возраста)

Цель: формирование групповой сплоченности, развитие зрительной памяти, внимания,

Оборудование: фломастеры, 12 метров веревки, булавки, колокольчик, свеча, обруч или веревка, карта маршрута на листе ватмана.

Продолжительность игры: 30-40 минут, **участники** – дети 5-7 лет

Роли: директор школы, Милениус, Асториус.

Ход игры

Директор «школы добрых волшебников» приглашает детей на игру.

Директор - «Дорогие ребята! Только сегодня у нас работает школа волшебников. Я ее директор. Я приглашаю вас пройти обучение в нашей школе и узнать, сможете ли вы стать волшебниками. (Дети проходят в спортивный зал, где их встречают два мага).

Милениус – Здравствуйте ребята! Проходите, пожалуйста, и встаньте, в круг. Мы рады приветствовать вас в нашей школе. Это наш волшебный колокольчик, его звон будет обозначать окончание одного урока и начало другого (Педагог демонстрирует как звенит колокольчик).

- Разрешите представить вам моего помощника Асториуса. А меня зовут Милениус. Мы будем вести занятия.

Милениус - «Давайте начнем наше занятие с приветствия. Наши волшебники умеют понимать друг друга без помощи слов, сейчас и мы с вами потренируемся в этом. Каждый из вас будет здороваться жестами. Мы все становимся его зеркалами. Наша задача – как можно точнее повторить приветственное движение. Давайте я начну».

Асториус – «Кто из вас хотел бы стать волшебником, поднимите руки? (Дети поднимают руки.) Хорошо.

- а теперь поднимите руки те, кто уже общался с волшебниками? Отлично!

Сейчас поднимите руки те из вас, кто уже делал в своей жизни что-нибудь волшебное? Молодцы!»

Милениус – «А еще отличительным свойством настоящих волшебников является умение видеть закрытыми глазами. Давайте и мы с вами попробуем. Закройте глаза. Чур, не подглядывать.

А теперь найдите себе пару. Я считаю до 3.

1,2, 3.

Открываем глаза....

Давайте посмотрим, что у нас получилось? А теперь закрываем глаза и строимся по....

И так у нас получилось 2 команды. Подумайте, как вы назовете свою команду и выберите капитана». (Например, «Сим-сим», «волшебник Богомол» и др.)

Асториус – «А теперь подойдите и посмотрите на нашу карту. Вы видите, какой путь нам предстоит пройти. Где пройдут наши уроки?» (На доске висит карта маршрута, где изображен маршрут движения: пещера, мост, болото, замок)

Асториус – «Давайте посмотрим, с какого места начнется наш путь? Правильно, это пещера. Итак, первый урок. Звенит звонок. (Асториус звенит в колокольчик оповещая начало урока)

- Встаньте так, чтобы получилось 2 паровозика. Скажите мне, пожалуйста, светло ли в пещере? Правильно, там темно и узкие проходы. Нам нужно передать волшебное заклинание, и тогда мы сможем выбраться из пещеры и попасть на 2 урок.

-Ребята, вы должны передавать по цепочке на ухо своему соседу фразу, которую мы с Милениусом вам прошепчем (1 команда ««- остров сокровищ, 2 команда ««- жадный

пират). Дети передают по цепочке слова, после чего проходят через «пещеру». Побеждает та, команда первая, справившаяся с заданием.

Милениус – «Итак, вы вышли из пещеры. Что же теперь перед нами? Правильно, мост. Но мост не простой, а волшебный. Злая колдунья Гургулина произнесла страшное заклятье, и мост разделился на 2 половины. Чтобы пройти на другую сторону моста нужно справиться со следующим заданием. У меня в руках карточки, на которых нарисованы разные эмоции, но есть пустые клетки. Каждый из вас сейчас получит карточку, вы должны подумать и подобрать эмоцию, которой как вы считаете не достаёт в ряду (эмоции: радость, грусть, удивление, страх).

Астурия – «Посмотрите, мы прошли с вами пещеру и мост, что ждёт вас впереди? Это болото. (Дети вместе с магами подходят к болоту. Оно представляет собой расчерченный на полу квадрат»).

Асториус – «Наша задача перебраться на другую сторону болота.

Это трудно. Здесь есть кочки, на которые можно наступать, но если наступить мимо, можно утонуть. Посмотрите на нашем болоте кочки не видны. Нам придется путем проб и ошибок находить кочки и установить безопасный маршрут. Начнем по очереди с нижнего левого квадрата. Если на этом месте есть кочка мы с Милениусом будем молчать, если кочки нет, скажем – БУЛЬ. Это означает, что ученик не может продолжить движение, он уступает место следующими участнику. Будь внимательны».

(Когда переправа, через болота завершена, звенит колокольчик, приглашая снова всех подойти к карте).

- Молодцы! Вы справились и с этим заданием. Скажите, что помогло вам пройти это нелегкое испытание? (поддержка друг друга, внимательное и бережное отношение к товарищам)

Милениус - Посмотрите внимательно на карту. Куда теперь мы должны попасть? Мы прибыли на место нашего последнего урока. (Педагог подводит детей к замку построенному из мягких модулей).

- Здесь нас ждёт огненное испытание. У меня в руках волшебный обруч, когда я положу его только на пол. Чтобы стать настоящими волшебниками, нам нужно встать в обруч, в этот момент вокруг вспыхнет магический огонь. Он будет гореть 1 минуту. Все это время надо стоять внутри обруча, не выходя из него. Будьте внимательны друг к другу. Не толкайтесь, поддерживайте стоящих рядом, иначе вы не сможете устоять в этом испытании». Всем понятно задание? Давайте потренируемся. (Когда все дети окажутся в обруче, ведущий изображает разгорающийся огонь, бегая вокруг, подражая шуму огня, через 1 минуту огонь утихает, раздаётся звон колокольника).

Милениус – «Молодцы! Тренировка прошла успешно. Теперь по моему сигналу, когда я начну считать 1, 2,3, заходим в обруч».

Асториус – «Ну, что же вам удалось справиться со всеми испытаниями. Как вы думаете, какие качества помогли вам в этом? (Дружба, целеустремленность, выдержка)

- а теперь попробуем себя в волшебстве?

- Какими бы вы хотели стать волшебниками: добрыми или злыми? (добрыми)

- а чем отличаются добрые волшебники от злых? Да, добрые волшебники делают людям добро. - Давайте каждый из вас скажет, что он умеет делать хорошо, а остальные ребята повторят, что умеет делать их товарищ. На минутку закройте глаза и вспомните, что вы умеете делать хорошо, вспомнили? Открываем глаза, начинаем! («Я умею хорошо рисовать, бегать, играть, дружить, строить и т.д.»)

- Ну, а сейчас мы с вами будем осуществлять доброе волшебство. Я по кругу я буду передавать свечу заклинаний, а каждый будет, что –нибудь желать нашей группе, детям нашего детского сада или всем людям. И если заклинание будет добрым от чистого сердца, оно обязательно сбудется. Только передавайте свечу осторожно и бережно, чтобы не загасить ее волшебный огонь. Об этом всем нам сообщит наш колокольчик». («Я хочу,

чтобы дети никогда не болели, были умными, красивыми, не обижали друг друга, не дрались и т. д.») Молодцы, вы пожелания у вас очень хорошие, и я думаю они обязательно исполнятся.

Директор – (После того, как все выскажут свои пожелания. Директор звонит в колокольчик, тем самым, оповещая, что урок законченный и просит детей построиться в линию).

- «Дорогие ребята, наши уроки на сегодня закончены! Поздравляю вас! Вы успешно прошли обучение в нашей школе волшебников. Теперь каждый из вас волшебник.

Всей вашей группе выдается вот такое свидетельство о том, что вы окончили ШКОЛУ ВОЛШЕБНИКОВ. А еще каждый из вас получит подарок». (Детям вручаются записные книжки) «В них вы сможете записывать все свои желания которые обязательно сбудутся»

Милениус – «Учеба подошла к концу. Давайте попрощаемся по волшебному. Для этого все возьмемся за руки и дружно скажем: «До свидания!»

Астриус – «На этом наша школа закрывается. Счастливо!»

МАРТЫШКИ (*групповая физкультминутка, дети повторяют все то, о чем говорится в стихотворении*)

Мы - веселые мартышки,
Мы играем громко слишком.
Все ногами топаем,
Все руками хлопаем,
Надуваем щечки,
Скачем на носочках.
Дружно прыгнем к потолку,
Пальчик поднесем к виску
И друг другу даже
Язычки покажем!
Шире рот откроем,
Гримасы все состроим.
Как скажу я слово три,
Все с гримасами замри.
Раз, два, три!

Игры на развитие внимания
Будь внимателен! (для детей 4-5 лет)

Цель игры. Стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.

Дети шагают под «Марш» С.Прокофьева. Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети должны начать прыгать, на слово «лошадки» — как бы ударять «копытом» об пол, «раки» — пятиться, «птицы» - бегать, раскинув руки в стороны, «аист» — стоять на одной ноге.

Слушай хлопки! (для детей 5 — 6 лет)

Цель игры. Развивать активное внимание

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши 1 раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие принимают позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

Четыре стихии (для детей 6 — 7 лет)

Цель игры. Развивать внимание, связанное с координацией слухового и двигательного анализаторов.

Играющие сидят по кругу. Ведущий договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» — вытянуть руки вперед, слово «воздух» — поднять руки вверх, слово «огонь» - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

Игры на развитие памяти

Запомни свое место (для детей 4-5 лет)

Ц е л ь и г р ы. Та же.

Дети стоят в кругу или в разных углах зала, каждый должен запомнить свое место. Под музыку И. Дунаевского «Галоп» все разбегаются, а с окончанием музыки должны вернуться на свои места.

Тень (для детей 5-6 лет)

Цель игры. Та же.

Звучит музыка А. Петрова «Зов синевы» (из кинофильма «Синяя птица»).

Два ребенка идут по дороге через поле: один впереди, а другой на два-три шага сзади. Второй ребенок—это «тень» первого. «Тень» должна точно повторить все действия первого ребенка, который то сорвет цветок на обочине, то нагнется за красивым камушком, то поскачет на одной ноге, то остановится и посмотрит из-под руки и т. п.

Игры на преодоление двигательного автоматизма

Флажок (для детей 4 — 5 лет)

Играющие ходят по залу под «Болгарскую песню» (обработка Т. Ломовой). Когда ведущий поднимет флажок вверх, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

Стоп! (для детей 5-6 лет)

Дети идут под музыку Э. Жака-Далькроза «Марш». Внезапно музыка обрывается, но дети должны идти дальше в прежнем темпе до тех пор, пока ведущий не скажет: «Стоп!»

Пожалуйста! (для детей 7 — 8 лет)

1-й вариант. Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «пожалуйста». Кто ошибется, выбывает из игры.

Этюды на выражение основных эмоций

Общей целью этих этюдов является развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умения адекватно выразить свое, коррекция эмоциональной сферы ребенка.

Собака принохивается Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Морда у нее вытянулась вперед, уши поднялись, глаза неподвижно глядят на добычу, а нос бесшумно втягивает приятный и дразнящий запах.

Лисичка подслушивает Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят.

Выразительные движения. Голову наклонить в сторону (слушать, подставляя ухо), взгляд направить в другую сторону, рот полуоткрыть.

Поза. Ногю выставить вперед, корпус тела слегка наклонить кпереди.

Удивление Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было... Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: Рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

Ласка Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к своему хозяину тем, что трётся головой о его руки. Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котенок»



Пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью
№5/101276 (с/с упрощенная)
Заведующий
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад № 12 «Буратино» общеразвивающего
вида» г. Бураино Республики Татарстан
Г.Т. Абдульманова
Г.Т. Абдульманова