

Вправи на розвиток дрібних і загальних рухів

та координацію мови і рухів

Парасолька ось моя (з'єднати кисті рук над головою)

В дощ не змокну з нею я (пальчики "барабанять")

Барабанить дощ швидкий

Я зостануся сухий.

А ось книжечка моя, (складені долоні перед грудьми)

Можу почитати я, (імітуємо долонями розкривання книжки)

Малюнки яскраві

Розглянути з вами.

А ось м'ячик мій прудкий (кулачки імітують підскакування м'ячика)

Він веселий і швидкий,

Весело я з ним стрибаю,

І високо підкидаю.

Ігри на розвиток слухової уваги, координації рухів та дрібної моторики.

1. Гра «Ведмідь»

Дорослий пропонує дитині уявити, як повільно ходить ведмідь, вайлуватю переступаючи з ноги на ногу; як бігає: швиденько і прямо пересувається вперед, як він бурчить (дозволити дитині пробігти).

1. Гра «Піаніно»

Поставити всі пальці на стіл і під рахунок дорослого «раз і два» імітується гра на піаніно, пальці перебираються по порядку, починаючи від великого до мізинця.

1. Гра «Комарик»

Діти спочатку звуками імітують дзижчання комара, потім рухами – його політ навколо голови, рук, ніг, ловлять його оплесками. Наприклад: «Комарик над головою». Діти плещуть в долоні над головою. «Комарик біля вуха» тощо.

1. Гра «Зайчик»

Діти присідають. На слова дорослого: «Сірий зайчик сів і жде, спритно вушками пряде», діти, приклавши кисті до вух, то розгинають, то згинають їх. Потім дорослий пропонує «зайчикам» ніжки погріти:

Зимно зайчику стояти,

Треба трошки пострибать:

Скік-скік,скік-скік, скік-скік.

Треба трошки пострибать,

Пострибавши відпочить.

«Зайчики» можуть займатися далі.

1. Гра «Чи знаєш ти свою кімнату?»

Дорослий: «Покладіть ручки і заплющіть очі. Я називаю предмет, який є в нашій кімнаті, а ви показуєте на нього рукою, коли я скажу розплющити очі, ви побачите, чи правильно показали»

1. Гра «Гойдалки»

Стати прямо, ноги нарізно, руки в поясі. Гойдатися, піднімаючись на носки й опускаючись на п'яти під рахунок дорослого («раз» – на носках, «два» – на п'яти. 10 разів).

1. Гра «Косар»

Встати , випростатися, ноги нарізно, руки перед собою. Повертаючись ліворуч і праворуч, робити широкі рухи руками («раз» і «два»), ніби косячи траву. Дихання вільне. (Виконувати у середньому темпі 5-6 разів)

1. Гра «Потягти канат»

Стати прямо, руки нарізно, підняти руки вгору (вдихнути повітря), робити такі рухи ніби тримаєшся за канат і тягнеш його, трохи згинаючи коліна (видихати повітря), до рахунку 7-8. (виконувати 3 рази)

1. Фізкультпауза

Під мовний супровід дорослого дитина виконує вправи (4 рази)

«Раз» – підняти руки вгору,

«Два» – натягнутися додолу,

Не згинайте, діти, ноги,

Як торкаєтесь підлоги.

«Три-чотири» – прямо стати,

Будемо знову починати

1. Гра «Хто що промовляє?»

Дорослий починає, а дитина продовжує:

Дорослий

Дитина

Зозуля кує:

«Ку-ку, ку-ку!»

Півень кукурікає: «Ку-ку-рі-ку!» , «Ку-ку-рі-ку!»

Голуб воркує: «Гу-гу, гу-гу, гу-гу!»

Сова кричить: «Угу, угу, угу!»

Риби мовчать, ні пари з вуст.

Після виконання цієї вправи-гри дитина може займатися знову.

1. Гра «Цікавинка»

Пропонується розповідь, що містить у собі пізнавальний матеріал. Наприклад:

Дорослий

Дитина

- Діти, чи знаєте ви, хто як спить?

Так, знаємо.

- Як спить зайчик?

Зайчик спить лежачи.

- Як спить курка?

Курка спить сидячи.

- Як спить чапля?

Чапля спить стоячи.

- А як спить кажан?

Кажан спить, висячи донизу головою

ФІЗКУЛЬТХВИЛИНКИ

1. Дорослий

Дитина

Трава низенька-низенька.

Роблять присідання.

Дерева високі-високі.

Піднімають руки вгору.

Вітер дерева колише-гойдає.

Обертаються.

То направо, то наліво нахиляє.

Нахиляються вправо, вліво.

То вгору, то назад.

Потягуються вгору, назад.

То вниз нагинає.

Нахиляється вперед.

Птахи летять-відлітають.

Махають руками-«крильми».

А діти тихенько сідають.

Сідають .

2. Я намалюю зайчика для вас – раз.

Роблять колові рухи руками над головою.

Це у нього, бачите, голова – два.

Руки кладуть на голову.

Це у нього вуха догори – три.

Піднімають руки вгору до вух.

Це стирчить у нього хвостик сірий – чотири. Повертають тулуб праворуч, ліворуч.

Це очиці весело говорять – п'ять.

Прикладають руки до очей.

Ротик, зубки – хай моркву їсть – шість.

Імітують жування моркви зайцем.

Шубка тепла хутряна на нім – сім.

Плещуть в долоні.

Ніжки довгі, щоб гасав він лісом – вісім.

Підскакують на місці.

Ще навколо посаджу дерев я – дев'ять.

Садять дерева, притоптують ямки.

І хай сонце сяє з піднебесся – десять.

Піднімаються на носках, руки вгору.

3.Всі піднесли руки – раз!

На носках стоїть весь клас,

Два присіли, руки вниз,

На сусіда подивись.

Раз! – і вгору,

Два! – і вниз,

На сусіда подивись.

Будем дружно ми вставати,

Щоб ногам роботу дати.

Раз – присіли, два – піднялись.

Хай мужніє ваше тіло.

Хто старався присідати,

Може вже відпочивати.