

Дыхательная гимнастика

Необходимо следить за техникой выполнения упражнений:

- Воздух набирать через нос
- Плечи не поднимать
- Выдох должен быть длинным и плавным
- Щеки не надувать
- Дозировать выполнение упражнений

Гуси летят.

Медленная ходьба по залу, на вдох - руки поднять в стороны, на выдох опускать вниз с произношением длительного звука "у-у-у". Повторять 1 - 2 мин.



Семафор.

Сидя ноги свдвинуть вместе, поднимание рук в стороны и медленное их опускание вниз с длительным выдохом и произношением звука "с-с-с-с-с-с-с-с". Повторить 3 - 4 раза



Паровозик.

Ходить по комнате, делая попеременно движение руками и приговаривать "чух-чух-чух". Повторять в течении 20 - 30 сек.



На турнике.

Стоя ноги вместе, гимнастическую палку держать в обеих руках перед собой. Поднять палку вверх, палку опустить назад за лопатки, длинный выдох со звуком "ф-ф-ф". Повторить 3 - 4 раза.



2021 год
Санкт-Петербург

Играем и развиваемся ВМЕСТЕ

для детей с 7 до 6 лет



Для детей и их родителей

Составитель:
Костеникова Марина Александровна

Пальчиковая гимнастика

Перед началом упражнений дети разогревают ладони легкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.

Воробей живет
под крышей,
в теплой норке -
домик мыши.
У лягушки дом
в пруду.
Домик пеночки -
в саду.



Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись ребенком легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили ему радость.

Для этого при выполнении упражнений с ребенком следует проявлять собственную увлеченность игрой.

В нашей избушке
петух поет.
Мышка-норушка
избушку
метет.
Кошка
на окошке
штанишки шьет



Артикуляционная гимнастика

Вкусное варенье



-улыбнуться
-открыть рот
- широким языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу



Шарик



-надуть щеки
-сдуть щеки



Парашютик



-на кончик носа положить ватку
- широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх



Физкультминутка

Эй! Попрыгали на месте.
Эх! Руками машем вместе.
Эхе - хе! Прогнули спинки,
Посмотрели на ботинки.
Эге - ге! Нагнулись ниже
Наклонились к полу ближе.
Повертись на месте ловко.
В этом нам нужна сноровка.
Что, понравилось, дружок?
Завтра повторим урок!



Развитие речи

О каких предметах говорится в описании?
Соедини описание предмета с подходящей картинкой.
Раскрась фломастерами предметы в те цвета, о которых говорится в описании.

красное
круглое
сочное



маленькая
пугливая
серая



сладкая
продолговатая
разноцветная



Послушай название действий и подбери к каждому слову подходящую картинку

плавает

летает

ползает

прыгает

лает

мычит

хрюкает

пищит

мяукает

