Комплексы артикуляционной, пальчиковой и дыхательной гимнастики на год для детей 1 - 3 лет

Составила: Глушенкова Ю.С.

1.Путешествие колобка по группе (предметы ближайшего окружения) 2. Листопад
Сентябрь (1-2 недели) Комплекс № 1

Пальчиковая гимнастика:

«По кругу»
Покажи уменье другу,
Покружись-ка ты по кругу!
(Пальцы сжать в кулак, большой палец поднять вверх и выполнять круговые движения)

«Посчитаем»
(Поднять кисть руки вверх, широко раздвинуть пальцы.)
Раз-два-три-четыре-пять!
Будем пальчики считать –
Крепкие, дружные,
Все такие нужные… *(Поочередно сгибать пальцы в кулачок, начиная с большого.)*

«Водичка»
Водичка, водичка, (*Большой палец скользит по всем остальным*
Умой мое личико. *Мягко провести ладонями по лицу.*
Чтобы глазоньки блестели, *Сделать кольца большими и указательными пальцами обеих рук и поднести к глазам.*
Чтобы щеченьки краснели, *Круговые движения подушечками пальцев по щекам.*
Чтоб смеялся роток. *Сделать щелочку большим и указательным пальцами и провести ими по контуру губ.*
Чтоб кусался зубок. *Щипкообразные движения пальцами обеих рук.)*

Артикуляционная гимнастика:

«Окошко»
широко открыть рот - "жарко"
закрыть рот - "холодно»
«Чистим зубки»
улыбнуться, открыть рот
кончиком языка с внутренней стороны "почистить" поочередно нижние и верхние зубы
«Месим тесто»
Улыбнуться
пошлепать языком между губами - "пя-пя-пя-пя-пя"
покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения)

Дыхательная гимнастика:

«Воздушный шар» (Дышим животом, нижнее дыхание).
Цель: учить детей укреплять мышцы органов брюшной полости, осуществлять вентиляцию нижней части лёгких, концентрировать внимание на нижнем дыхании.
И.и.: лёжа на спине, ноги свободно вытянуты, туловище расслаблено, глаза закрыты. Внимание сконцентрировано на движении пупка: на нём лежат обе ладони.
Выдохнуть спокойно воздух, втягивая живот к позвоночному столбу, пупок как бы опускается.
Медленный плавный вдох, без каких-либо усилий – живот медленно поднимается вверх и раздувается, как круглый шар.
Медленный, плавный выдох – живот медленно втягивается к спине.
Повторить 4-10 раз.

1.Что нам осень принесла (грибы, ягоды) 2.Оващи в огороде
Сентябрь (3-4 недели) Комплекс № 2

Пальчиковая гимнастика:

«Птичка»
Села птичка на окошко. *(Пальцы правой руки положить на ладонь левой.*
Посиди у нас немножко, *Кулак одной руки приставить к ладони другой.*
Посиди, не улетай! *Ударять кулачок о кулачок вниз-вверх.*
Улетела птичка. *Хлопать пальцами по основанию ладоней*
Ай! *Развести ладони в стороны)*

«Осенние листья»
"Раз, два, три, четыре, пять,
Будем листья собирать.
Листья березы,
Листья рябины,
Листики тополя,
Листья осины,
Листики дуба мы соберем,
Маме осенний букет отнесем"
(Загибают пальчики, начиная с. большого Сжимают и разжимают кулачки. Загибают пальчики, начиная с большого. «Шагают» по столу.)

ПО ГРИБЫ

Один, два, три, четыре, пять,
Мы идѐм грибы искать! (попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)
Этот пальчик в лес пошѐл,
Этот пальчик гриб нашѐл.
Этот пальчик чистить стал.
Этот пальчик всѐ съел,
Оттого и потолстел.

«Соберу грибы»
Я корзину в лес беру, там грибы я соберу.
Удивляется мой друг: «Сколько здесь грибов вокруг!»
(Показывают удивление, разводят руки в стороны.)
Подосиновик, масленок,
Подберезовик, опенок,
Боровик, лисичка, груздь -
Не играют в прятки пусть!
Рыжики, волнушки
Найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой,
Все грибы несу с собой.

А мухомор не понесу. Пусть останется в лесу!
(Большой палец левой руки отставляют, грозят ему.)

Артикуляционная гимнастика:

«Чашечка»
улыбнуться
широко открыть рот
высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т. е. слегка приподнять кончик языка)

«Дудочка»
с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)
«Заборчик»
улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы

Дыхательная гимнастика:

«Дышим тихо, спокойно и плавно»
Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нём внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.
И.п.: стоя, сидя, лёжа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.
Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнёт расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет. Затем плавный выдох через нос.Повторить 5-10 раз. Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.
«Ёжик»
Ёжик добрый, не колючий,
Посмотри вокруг получше.
И.п. – о.с.
1 – поворот головы вправо – короткий шумный вдох носом;
2 - поворот головы влево – выдох через полуоткрытые губы. (8 раз.)

Что нам осень принесла? (фрукты) 2. В гости к лесовичку
Октябрь (1-2 недели) Комплекс №3

Пальчиковая гимнастика:

«Деревья»
Поднимаем обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы.
Осенью ветер северный подул и все листья сдул (пошевелить пальцами и подуть на них).
Дождик стал по ним стучать: кап-кап-кап (постучать пальцами по столу).
Снег потом припорошил (плавные движения кистями рук вперёд назад).
Одеялом их накрыл (ладошки крепко прижать к столу)

«Фруктовая ладошка»
Этот пальчик – апельсин,
Он, конечно, не один.
Этот пальчик – слива,
Вкусная, красивая.
Этот пальчик – абрикос,
Высоко на ветке рос.
Этот пальчик – груша,
Просит: «Ну-ка, скушай!»
Этот пальчик – ананас,
(Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.)
Фрукт для вас и для нас.
(Показывают ладошками вокруг и на себя.
Фрукты-овощи

Как у нашей Зинки Овощи в корзинке:
Вот пузатый кабачок Положила на бочок,
Перец и морковку Уложила ловко,
Помидор и огурец, Наша Зина-молодец.
Как у нашей Зины Фрукты есть в корзине:
Яблочко, груша, Чтоб ребята кушали,
Персики и сливы, До чего ж красивы!
Посмотрите на ранет,
Вкуснее наших фруктов нет!

Артикуляционная гимнастика:

«Маляр»
губы в улыбке
приоткрыть рот
кончиком языка погладить ("покрасить") нёбо
«Грибочек»
улыбнуться
поцокатъ языком, будто едешь на лошадке
при
сосать широкий язык к нёбу
«Киска»
губы в улыбке, рот открыт
кончик языка упирается в нижние зубы
выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы.

Дыхательная гимнастика:

«Воздушный шар поднимается вверх» (верхнее дыхание)
Цель: учить детей укреплять и стимулировать верхние дыхательные пути, обеспечивая вентиляцию верхних отделов лёгких.
И.п.: лёжа, сидя, стоя. Одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и плечах.
Выполнение вдоха и выдоха со спокойным и плавным поднятием и опусканием ключиц и плечей.
Повторить 4-8 раз.

1.Транспорт 2. Кто живёт в лесу 3. Катины гости
Октябрь (3-4 недели) Комплекс №4

Пальчиковая гимнастика:

«Дикие животные наших лесов»
Заяц и ёжик навстречу друг другу (Указательные и средние пальцы обеих рук «идут» навстречу друг другу.)
Шли по дорожке по полю, по лугу.
Встретились –и испугались они. (Стукнуть кулачками.)
Быстро бежали –поди догони! (Снова пальцы «идут», но теперь в разные стороны.) (Поочередно сгибают пальчики на обеих руках, начиная с мизинца правой руки.)

Зайчик и охотник

Раз, два, три, четыре, пять (загибаем по очереди пальчики)
Вышел зайка погулять
Вдруг охотник выбегает
Прямо в зайчика стреляет(изображаем пистолет большим и
указательным пальцами)
Пиф! Паф! Ой-ой-ой (в такт стучим кулачками друг о друга)
Умирает зайчик мой (кладѐм ладошки на стол или колени)
Я кладу его в корзинку(складываем руки так, как будто хотим зачерпнуть воды)
И несу его домой,
Оказалось, он живой!
(хлопаем в ладоши)

«Машина»

Заведу мою машину *(повороты кистями руки сжатой в кулак, как будто заводим машину)*
Би-би-би, налью бензину. *(три раза хлопнуть в ладоши и одновременно топать)*
Крепко-крепко руль держу (имитировать движения водителя)
На педаль ногою жму. *(топать правой ногой)*

Транспорт

(сжимаются и разжимаются пальчики обеих рук поочерѐдно)
Один-два-три- четыре-пять,
Буду транспорт я считать:
Автобус, лодка и мопед,
Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолѐт,
Корабль, поезд, вертолѐт.
Котик (выполнять действия по смыслу)
Котик лапкой умывается
Видно, в гости собирается
Вымыл носик.
Вымыл ротик.
Вымыл ухо.
Вытер сухо

Жила была собачка, вот такие ушки, (зажимать и разжимать кулачки)
Подморозила собачка носик на опушке, (большой, указательный, средний пальцы тереть друг о друга)
Подморозила носик, подморозила лапки, (трясти обеими руками)
И побежала греться к ребяткам. (потирать ладонями друг о друга)

- Ай, ай, ай, ты собачка не лай, (*вращать указательным пальцем правой руки, затем левой)* Ты собачка не рычи,
  Нашу детку не буди. *(расслабленными пальцами одной руки погладить ладонь другой руки)*
- У щенка четыре лапы, *(перебирать пальцами по столу)*
  Ушки и забавный хвост. (*показать обеими ладонями уши на голове, большим пальцем повертеть имитируя хвост)*
- Он пушистый и лохматый.
  И прохожих лижет в нос. *(погладить свой нос)*

Артикуляционная гимнастика:

«Поймаем мышку»
губы в улыбке
приоткрыть рот
произнести "а-а" и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)
«Лошадка»
вытянуть губы
приоткрыть рот
поцокатъ "узким" языком (как цокают копытами лошадки)
«Пароход гудит»
губы в улыбке
открыть рот
с напряжением произнести долгое "ы-ы-ы..."

Дыхательная гимнастика:

«Губы «трубкой».
1. Полный выдох через нос, втягивая в себя живот и межрёберные мышцы.
2. Губы сложить «трубкой», резко втянуть воздух, заполнив им все лёгкие до отказа.
3. Сделать глотательное движение (как бы глотаешь воздух).
4. Пауза в течении 2-3 секунд, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.

Повторить 4-6 раз.

1 . Птичий двор 2. Одежда куклы Кати
Ноябрь (1-2 недели) Комплекс № 5

Пальчиковая гимнастика

«Домашние птицы»
Зёрна курочка клюёт, (Обе ладошки вместе отклоняем от себя.)
И цыплятки тут как тут. (Щепотки «клюют» по очереди.)
В воду уточка нырнёт, (Ладошки вместе «ныряют» вперёд.)
А цыплятки не нырнут. (Погрозили пальчиком.)

«Домашние птицы и их детёныши»
Есть у курицы цыплёнок, (Большим пальцем поочерёдно касаются остальных, начиная с мизинца.)
У гусыни есть гусёнок,
У индюшки –индюшонок,
А у утки есть утёнок.
У каждой мамы малыши –(Перебирают пальцы по очереди.)
Все красивы, хороши.

«Зимующие птицы»
Прилетайте, птички! («зовущие» движения пальцев)
Сала дам синичке. (4раза-«режущие» движения одной ладони по другой)
Приготовлю крошки (пальцы щепоткой – «крошим хлеб»)
Хлебушка немножко.(тереть подушечки пальцев друг о друга)
Эти крошки – голубям,(вытянуть вперёд правую руку с раскрытой ладонью)
Эти крошки – воробьям.(то же – левой рукой)
Галки да вороны, Ешьте макароны! (тереть ладонью о ладонь, «катая из хлеба макароны»)

Пальчиковая гимнастика :

«Одежда»
Я надену сапоги, (Показываем на ноги, туловище, голову.)
Курточку и шапку.
И на руку каждую (Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая
–проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток.)
Натяну перчатку. (Смена рук.)

Артикуляционная гимнастика:

«Слоник пьёт»
вытянув вперёд губы трубочкой, образовать "хобот слоника"
"набирать водичку", слегка при этом причмокивая
«Индюки болтают»
языком быстро двигать по верхней губе - "бл-бл-бл-бл..."
«Орешки»
рот закрыт
кончик языка с напряжением поочередно упирается в щёки
на щеках образуются твердые шарики - "орешки"

Дыхательная гимнастика:

«Ушки».
Покачивая головой вправо – влево, выполнять сильные вдохи. Плечи остаются неподвижными, но при наклоне головы вправо – влево уши как можно ближе к плечам. Следить, чтобы туловище при наклоне головы не поворачивалось. Вдохи выполняются с напряжением мышц всей носоглотки.
Выдох произвольный.
Повторить 4-5 раз.
«Маятник»
Влево, вправо, влево, вправо,
А затем начнем сначала.
И.п. – руки на поясе (вдох).
1 – наклон вправо (выдох);
2 – и.п. (вдох);

3 – наклон влево (выдох);
4 - и.п. (вдох).
Выдох со звуком «т-у-у-х».

2.Мишкины подарки 2.Вот,они какие?
Ноябрь (3-4 недели) Комплекс №6

Пальчиковая гимнастика

Цвет и форма
Мой весёлый круглый мяч, (Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)
Щёки круглые не прячь! (Смена рук.)
Я тебя поймаю, (Двумя руками, соединив одноимённые пальцы, показываем
В ручках покатаю! (Покатали воображаемый мяч между ладоней.)

«Перелетные птицы»
Тили-тели, тили-тели -
С юга птицы прилетели!
(Скрещивают большие пальцы, машут ладошками.)
Прилетел к нам скворушка -
Серенькое перышко.
Жаворонок, соловей
Торопились: кто скорей?
Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж -
(Поочередно сгибают пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки.)
Все вернулись, прилетели,
(Снова, скрестив большие пальцы, машут ладошками.)
Песни звонкие запели!
(Указательным и большим пальцами делают клюв – «птицы поют»).

«Дикие птицы»
Дятел дерево долбит: (Одна ладонь прямая –это «дерево», другая –
«дятел» -кулачком стучите о неё.)
Тук-тук-тук.
Целый день в лесу стоит (Смена рук.)
Стук-стук-стук.
«Пальчики — здороваются»
На счёт «раз-два-три-четыре-пять» соединяют пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и тд.

Артикуляционная гимнастика:

«Качели»
улыбнуться
открыть рот
кончик языка за верхние зубы
кончик языка за нижние зубы
«Часики»
улыбнуться, открыть рот
кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой
«Блинчик»
улыбнуться
приоткрыть рот
положить широкий язык на нижнюю губу

Дыхательная гимнастика:

«Пускаем мыльные пузыри».
1. При наклоне головы к груди сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки.
2. Поднять голову вверх и спокойно выдохнуть воздух через нос, как бы пуская мыльные пузыри.
3. Не опуская головы, сделать вдох носом, напрягая мышцы

носоглотки.
4. Выдох спокойный через нос с опущенной головой.
Повторить 3-5 раз.

1. Рассматривание автобуса. автомобиля 2.Зима
Декабрь (1-2 недели) Комплекс № 7

Пальчиковая гимнастика:

Автобус
Едет-едет наш автобус,
Крутит, крутит колесом.
(вращаем сжатые кулачки)
Едет-едет наш автобус,
Крутит, крутит руль, руль
(изображаем как крутим руль)
Едет-едет наш автобус,
Дворниками бжик-бжик бжик-бжик
(параллельно двумя руками влево-вправо)
Едет едет наш автобус,
Крутит, крутит колесом.
Двери открываются — двери закрываются.
(ладошки сводим и разводим)
Едет-едет наш автобус,
Крутит, крутит колесом.
Едет-едет наш автобус
Всем сигналит биииииип
(нажимаем себе на нос)

Посчитаем
(сжимаются и разжимаются пальчики обеих рук поочерѐдно)
Один-два-три- четыре-пять,
Буду транспорт я считать:
Автобус, лодка и мопед,
Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолѐт,
Корабль, поезд, вертолѐт.
«Зима»
Снег ложится на дома, (Руки разводим в стороны, ладонями вниз.)
Улицы и крыши. (Руки «домиком».)
Тихо к нам идёт зима, (Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)
Мы её не слышим... (Рука за ухом.)

Артикуляционная гимнастика:

«Вкусное варенье»
улыбнуться
открыть рот
широким языком в форме "чашечки" облизать верхнюю губу

«Шарик»
надуть щеки
сдуть щеки

«Гармошка»
улыбнуться
сделать "грибочек" (т. е. присосать широкий язык к нёбу)
не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать)

Дыхательная гимнастика:

«Дыхание»
Подыши одной ноздрей,
И придет к тебе покой.
И.п. – о.с.
1 – правую ноздрю закрыть указательным пальцем пр. руки, левой ноздрей делать тихий, продолжительный вдох;
2 – как только вдох окончен, открыть пр. ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем лев. руки. Через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх.
«Добро делать для людей»
И.п. – о.с.
1 – поднять руки вверх, потянуться, подняться на носки (вдох);
2 –опустить руки вниз, встать на всю ступню (выдох).
Произносить звук «у-х-х».

1. Снежинка в гостях у ребят 2. У нас в гостях Снегурочка
Декабрь (3-4 недели) Комплекс № 8

Пальчиковая гимнастика:

«Зимние забавы»
«Мы во двор пошли гулять»
Раз, два, три, четыре, пять,
Мы во двор пришли гулять.
Бабу снежную лепили,
Птичек крошками кормили,
С горки мы потом катались,
А еще в снегу валялись.
Все в снегу домой пришли.
Съели суп, и спать легли.
(Загибают пальчики, начиная с большого. «Идут» по столу указательным и средним пальчиками. «Лепят» комочек двумя ладонями. «Крошат хлебушек» Ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой. Кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной. Движения воображаемой ложкой. Руки под щеку)

« Наряжаем елку»
Раз, два, три, четыре, пять (Поочередно соединяют подушечки пальцев обеих рук, начиная с большого)
Будем елку наряжать.(Соединяют ладони «домиком» над головой и разводят руки в стороны)
Мы повесим шарики, яркие фонарики, (Соединяют подушечки пальцев обеих рук, образуя шарик выполняют вращательные движения ладонями вперед-назад)
Веселого Петрушку и разные игрушки: (Показывают длинный нос)
И мишку-шалунишку, (Показывают «Мишкины лапы» и покачиваются из стороны в сторону)
И заиньку-трусишку. (Прикладывают раскрытые ладони к голове)

«Новогодний праздник»
Здравствуй, Дедушка Мороз! (Ладонь поглаживает подбородок –«бороду» Деда Мороза.)
Что в подарок нам принёс? (Руки вперёд ладонями вверх.)
Громкие хлопушки, (Хлопнуть в ладоши.)
Сладости, игрушки. (Вертим кистями.)

Артикуляционная гимнастика:

«Барабанщик»
улыбнуться
открыть рот
кончик языка за верхними зубами: "дэ-дэ-дэ..."
«Парашютик»
на кончик носа положить ватку
широким языком в форме "чашечки", прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх

«Загнать мяч в ворота»
"вытолкнуть" широкий язык между губами (словно загоняешь мяч в ворота)
дуть с зажатым между губами языком (щеки не надувать)

Дыхательная гимнастика:

«Регулировщик»
Верный путь он нам покажет,
Повороты все укажет.
И.п. – ноги на ширине плеч.
1 – правая рука вверх, левая рука в сторону (вдох через нос);
2 – левая рука вверх, правая рука в сторону (выдох с произнесением звука «р-р-р»

1.Лечение куклы Кати 2. Комната куклы кати (мебель)
Январь (2 неделя) Комплекс № 9

Пальчиковая гимнастика:

«Части тела»

У меня есть голова, (Слушаем стихотворение и указываем на соответствующие части тела.)
Грудь, живот, а там –спина,
Ножки –чтобы поскакать,
Ручки –чтобы поиграть.

«Вот какие мы большие»

У меня есть голова, Грудь, живот, а там – спина,
Ножки – чтобы поскакать, Ручки – чтобы поиграть.
(Слушаем стихотворение и указываем на соответствующие части тела)

«Мебель»

На кроватке мы поспали, (Руки под щёку.)
Вещи в шкаф уже убрали. (Свободно двигаем руками –«убираем вещи».)
Мы на стуле посидели (Ладонью одной руки накрываем кулак другой.)
И за столиком поели. (Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)

«Помощник»
Посуду моет наш Антошка:
Моет вилку, чашку, ложку,
Вымыл блюдце и стакан,
И закрыл покрепче кран (тут мама ловит-сжимает ручку ребѐнка своей рукой)

Артикуляционная гимнастика:
Дед и баба»
жили-были дедушка и бабушка,
к ним толстые внуки приехали в гости (надуваем щёки),
с ними худые - лишь кожа да кости (втягиваем щёки).
бабушка с дедушкой всем улыбнулись (губы в широкой улыбке, видны верхние и нижние зубы),
поцеловать они всех потянулись (губы тянутся вперёд).
утром проснулись — в улыбочку губы (снова широкая улыбка).

Дыхательная гимнастика:
«Ветер»
Сильный ветер вдруг подул,
Слезки с ваших щек сдул.
И.п. – о.с. сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.
1 – сделать полный вдох, впячивая живот и ребра грудной клетки;
2 – задержать дыхание на 3-4 сек;
3 – сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.
«Добро делать для людей»
И.п. – о.с.

1 – поднять руки вверх, потянуться, подняться на носки (вдох);
2 –опустить руки вниз, встать на всю ступню (выдох).
Произносить звук «у-х-х».

1.Кукла Катя ждёт гостей (посуда)
Январь (3-4 недели) Комплекс №10

Пальчиковая гимнастика:

«Мебель»
Мебель я начну считать:
Кресло, стол, диван, кровать,
Полка, тумбочка, буфет,
Шкаф, комод и табурет.
(Пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки.)
Много мебели назвал -
Десять пальчиков зажал!
(Поднимают зажатые кулачки вверх.)

«Гости»

Стала Маша гостей созывать:
И Иван приди, и Степан приди,
И Матвей приди, и Сергей приди,
А Никитушка -ну, пожалуйста.
(Вращение кистей рук к себе. Поочередный массаж пальцев на
обеих руках.)

«Посуда»
Девочка Ирина порядок наводила.
(Показывают большой палец.)
Девочка Ирина кукле говорила:
«Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в масленке,
Хлебушек должен быть в хлебнице,
А соль? Ну, конечно, в солонке!»
(Поочередно соединяют большой палец с остальными.)

Артикуляционная гимнастика:

«Барабанщик»
улыбнуться
открыть рот
кончик языка за верхними зубами: "дэ-дэ-дэ..."
«Зубки»
Чистили мы свои верхние зубы (широкий язык за верхними зубами)
вправо и влево, внутри и снаружи (соответствующие движения широким языком).
с нижними зубками тоже мы дружим (повторение этих движений языком в положении за нижними зу
губы сожмём мы, и рот прополощем (поочерёдное надувание щёк — губы не пропускают воздух),
и самоваром пыхтим, что есть мочи (одновременное надувание обеих щёк с последующим выпускани

Дыхательная гимнастика:
«Дом маленький, дом большой»
Дети стоят. Присесть, обхватив руками колени, опустить голову – выдох с произнесением звука «ш-ш-ш» («у зайки дом маленький»). Выпрямиться, встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки – вдох («у медведя дом большой»). Ходьба по залу: «Мишка наш пошёл домой, да и крошка заинька».

Повторить 4-6 раз:

У медведя дом большой,
А у зайки – маленький.
Мишка наш пошёл домой
Да и крошка заинька (Е Антоновой-Чалой).

1.Волшебная коробка 2. Моя семья
Февраль (1-2 недели) Комплекс № 11

Пальчиковая гимнастика:

«Семья»

Этот пальчик -дедушка (большой),
Этот пальчик -бабушка (указательный),
Этот пальчик -папочка (средний),
Этот пальчик -мамочка (безымянный),
Этот пальчик -я (мизинец).
Вот и вся моя семья. (Хлопать в ладоши).

«Кораблик»

Вот плывет кораблик мой (руки –«полочка» покачиваются),
Он плывет ко мне домой (руки вперед, ладони сомкнуть углом)
Крепко я держу штурвал («держать штурвал»)
Я ведь главный капитан (4 хлопка)

«Самолеты»

Мы сегодня самолеты, (И.П. сидя на пятках, «мотор» (вращение руками)
Мы не дети, мы пилоты. (4 хлопка) Руки –нос, и руки –крылья («нос», «крылья») Полетела эскадрилья,(встать, разбежаться, руки –крылья)

«Наш дом»
Этот дом –одноэтажный. (Разгибают пальцы из кулака, начиная с мизинца.)
Этот дом –он двухэтажный.
А вот этот –трёхэтажный.
Этот дом –он самый важный:
Он у нас пятиэтажный.

Артикуляционная гимнастика:

«Лошадка»
Дедушка скачет на лошади ловко (щёлкаем языком),
звонкие вязнут на глине подковки (цоканье на верхней губе).
вот замедляет лошадка шажочки (медленное цоканье с натягиванием подъязычной связки),
вот на опушке мы видим грибочки (присасываем язык к нёбу и открываем рот).
вот из сарая индюшка пришла,
важно сказала: «бл-бл-бл-ла» (широкий язык ходит вперёд-назад по верхней губе; упражнение делаем

«Вкусное варенье»
улыбнуться
открыть рот

широким языком в форме "чашечки" облизать верхнюю губу

Дыхательная гимнастика:

«Воздушный шар поднимается вверх»
Ты, как шарик, полети,
Сверху землю огляди.
И.п. – о.с.: одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и на плечах.
1 – поднять плечи и ключицы (вдох);
2 – опустить плечи и ключицы (выдох).

1.Мой папа 2. Наши зелёные друзья
Февраль (3-4 недели) Комплекс №12

Пальчиковая гимнастика:

«День Защитника Отечества»
Илья Муромец –(Приосаниться.)
Добрый молодец. (Показать бицепсы.)
Зорко в даль глядит (Рука козырьком.)
Да врагов разит. («Бросить копьё».)

«Защитники отечества»
Пальцы эти – все бойцы. Удалые молодцы.
(Растопырить пальцы на обеих руках, потом сжать их в кулак)
Два больших и крепких малых и солдат в боях бывалых.
(Приподнять два больших пальца, другие крепко прижать к столу)
Два гвардейца – храбреца! (Приподнять указательные пальцы, другие крепко прижать к столу)
Два сметливых молодца! (Приподнять средние пальцы, другие крепко прижать к столу.)
Два героя безымянных,но в работе очень рьяных! (Приподнять безымянные пальцы, другие крепко прижать к столу.)

«Комнатные растения»
На окно скорее глянь:
Здесь у нас цветет герань.
А здесь красавец бальзамин,
Амариллис рядом с ним.
Фуксия, бегония -
(Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.)
Мы все названья помним!
Раскрывают ладошку.
Мы взрыхлим цветы, польем,
Пошевеливают опущенными вниз пальцами.)
Пусть подрастают день за днем!
(Обе ладошки соединяют «бутоном», поднимают над головой и раскрывают «цветком»

«Цветок в горшке»
У нас в горшке расцвёл цветок. *(Ладошки изображают бутон)*
Чтоб стал красив он и высок, *(Поднимаем «бутон» вверх)*
Раскрыл на утро лепестки, *(Раскрываем ладошки)*
Должны работать корешки. *(Опускаем ладошки вниз, соединив тыльной стороной)*

«Цветы»

Наши желтые цветы, Распускают лепестки. *(Кулачки раскрываются).*
Ветер на них дышит, Лепестки колышет. *(Дети машут руками по сторонам).*
Вечер наступает. Наши алые цветы, Закрывают лепестки. *(Сложить ладошки).*

« Труд»

Ивану-большаку - дрова рубить,(Берём правой рукой большой пальчик и слегка его потряхиваем.)
Ваське-указке - воду носить, (Слегка потряхиваем указательный пальчик)
Мишке-среднему - печку топить, (Слегка потряхиваем средний пальчик)
Гришке-сиротке - кашу варить, (Потряхиваем безымянный пальчик)
А крошке-Тимошке - песенки петь. (Слегка потряхиваем мизинчик)
Песни петь и плясать,
Родных братьев потешать! (Хлопаем в ладоши) мизинца , коротышки – очень славные мальчишки! (Приподнять мизинцы. Хлопнуть)

Артикуляционная гимнастика:

«Барсик»
Бабушка шила, а барсик с катушкой
бегал, как будто с живою зверюшкой (кончик языка зацепляем за нижние губы и двигаем язык вперёд
бабушке нашей всегда помогаем:
нитки в иголки мы ей продеваем (узкий язык вытянут вперёд).
бабушка швы на машинке строчила (узкий язык двигается вперёд-назад)
и на зигзаг её переключила (узкий язык двигается влево-вправо).
петли иголкой она обметала (кончик языка описывает круг за губами),
пуговки круглые попришивала (кончик языка упирается то в одну, то в другую щёку, а палец пытаетс

Дыхательная гимнастика:

«Ветер»
Сильный ветер вдруг подул,
Слезки с ваших щек сдул.
И.п. – о.с. сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.
1 – сделать полный вдох, впячивая живот и ребра грудной клетки;
2 – задержать дыхание на 3-4 сек;
3 – сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

1. Милая мамочка 2. Мы едем, едем,едим. Март (1-2 недели)
Комплекс № 13

Пальчиковая гимнастика:

«Мамин праздник»
Мамочка хорошая, (Воздушный поцелуй над ладонью.)
Мамочка любимая! (Поцелуй над другой ладонью.)
Очень я её люблю, (Сдуваем с ладони поцелуй.)
Поцелуи ей дарю! (Сдуваем поцелуй с другой ладони.)

«Транспорт»
По шоссе идут машины, (Крутим воображаемый руль.)
Поасфальту едут шины. (Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)
По дороге не беги, (Погрозили пальцем.)
Я скажу тебе: «Би-би». (Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен
–«сигналим».)

(Пошевеливают опущенными вниз пальцами.)
Пусть подрастают день за днем!
(Обе ладошки соединяют «бутоном», поднимают над головой и раскрывают «цветком»

«Наши мамы»
Много мам на белом свете,
Всех их очень любят дети!
(Разводят руки в стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи.)
Журналист и инженер,
Повар, милиционер,
Швея, кондуктор и учитель,
Врач, парикмахер и строитель -
(Поочередно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке.)
Мамы разные нужны,

(Сжимают обе ладошки в «замочек».)
Мамы разные важны!
(Разводят руки, поднимают ладошками вверх.)

Артикуляционная гимнастика:

Блинчики»
Утром мы встали - положат блины нам (широкий язык лежит на нижней губе).
дуем на блинчик — не в щёки, не мимо (подуть на широкий язык).
блинчик жуём, завернём и прикусим (жуём распластанный язык, потом прикусываем его, завернув за нижние зубы),
блинчик с вареньем малиновым вкусным (облизываем широким языком верхнюю губу спереди назад). чашки поставим, чтоб чаю налили (широкий язык загибаем кверху чашечкой), на нос подули - мы чай остудили (подуть с «чашечки» вверх).
чаю попили — никто не обижен («чашечка» двигается вперёд-назад).
вкусный был завтрак - мы губки оближем (кончик языка облизывает губы по кругу).

Дыхательная гимнастика:

«Крылья»
Крылья вместо рук у нас,
Так летим – мы высший класс.
И.п. – ноги слегка расставлены.
1 – руки через стороны поднять вверх (вдох);
2 – опустить руки вниз, произнося «вниз» (выдох).
«Трубач»
За собой трубач зовет,
Он здоровье нам дает.
И.п. – ноги вместе, руки перед грудью сжаты в кулаки, губы сложены «трубочкой».
1 – вдох;
2 – медленный выдох с громким произнесением звука «пф».

1.Весна 2. Машины возят кубики на стройку
Март (3-4 недели) Комплекс № 14

Пальчиковая гимнастика:

«Весна»
Вот уж две недели (Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.)
Капают капели.
Снег на солнце тает (Руки ладонями вниз разведены в стороны.)
И ручьём стекает. (Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.)
«Весенний цветок»

Вырос цветок на весенней полянке*, (Неплотно соединяют ладони)*
Нежную голову робко поднял. *(Поднимают руки перед собой)*
Ветер подул - он качнулся неловко*, (Покачивают ладонями перед собой)*
Вперед и назад, налево, направо *(Вперед и назад, налево, направо)*

«Машины»

По шоссе идут машины,

(Крутим воображаемый руль)

По асфальту едут шины.

(Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу)

По дороге не беги.

(Погрозили пальцем)

Я скажу тебе: «Би-би».

(Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен — «сигналим»).

«Матрешки»

Дуйте в дудки, (имитируйте игру на дудочке)
Бейте в ложки, (хлопайте в ладоши)
В гости к нам пришли матрешки. (шагайте пальчиками обеих рук по столу)
Ложки деревянные (вытягивайте обе руки, сложенные «ковшиками» вперёд)
Матрёшечки румяные. (качайте головой, поднеся руки к щёчкам)

Артикуляционная гимнастика:

«Показать язык»
Язык наш нужно показать,
Сначала зубкам волю дать. Та-Та-Та(покусать кончить языка)
Заморились уже зубы,
Пусть язык покажут губы.
Пя-Пя-Пя
(пошлепать кончик языка).
«Лопатка»
Пусть язык наш отдыхает,
Пусть немножко подремает.

Дыхательная гимнастика:

«Радуга, обними меня»
И.п. – о.с.
1 – полный вдох носом с разведением рук в стороны;
2 – задержать дыхание на 3-4 сек;
3 – растягивая губы в улыбке, произносить звук «с», выдыхая воздух и втягивая в себя живот грудную клетку. Руки сначала направить вперед, затем скрестить перед грудью, как бы поднимая плечи: одна рука идет под мышку, другая – на плечо.

1.Что купили в магазине 2. Есть у нас огород
Апрель (1-2 недели) Комплекс № 15

Пальчиковая гимнастика

«Обувь»
Обуваем ножки бегать по дорожке. (Двумя пальцами «шагают» по столу.)
Повторяй за мной слова: (Сжимают и разжимают пальцы.)
Ножка –раз, ножка –два! (Ставят два пальца на стол и поднимают по одному)
В магазине покупают (Сжимают и разжимают пальцы.)
И на ножки надевают
Папа, мама, брат и я –(Загибают пальцы на руках.)
Любит обувь вся семья. («Шагают» пальцами по столу.)

«Одежда»
Я надену сапоги, (Показываем на ноги, туловище, голову.)
Курточку и шапку.
И на руку каждую (Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая –проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток.)
Натяну перчатку. (Смена рук.)

«Овощи -фрукты»

В огороде много гряд, (Сжимают и разжимают пальцы.)
Тут и репа, и салат, (Загибают пальцы поочерёдно.)
Тут и свёкла, и горох,
А картофель разве плох?

Наш зелёный огород (Хлопают в ладоши.)
Нас прокормит целый год.

«Космос»

Утро –солнце всходит. (Поднимаем растопыренную ладошку.)
Ночь –луна приходит. (Поднимаем другую руку, пальцы полукругом –«месяц)

Артикуляционная гимнастика:

«Часики»
Отдохнул и потянулся,
Влево, вправо повернулся,
Вот так: тик-так, тик-так.
«Почистим зубы»
Рот откройте, улыбнитесь,
Свои зубки покажите,
Чистим верхние и нижние,
Ведь они у нас не лишние.
«Гармошка»
На гармошке чтоб сыграть,
Нужно челюсть опускать,
Язычок не отрываем,
Очень здорово играем.

Дыхательная гимнастика:

«Цветы»
Дети стоят по кругу. Педагог читает им стихи:

Каждый бутончик склониться бы рад
Направо, налево, вперёд и назад.
От ветра и зноя бутончики эти
Спрятались живо в цветочном букете

(Е. Антоновой-Чалой).

По команде педагога дети ритмично под чтение стиха поворачивают голову («бутончики») направо, налево, наклоняют её вперёд, отводят назад, чередуя вдох и выдох. При чтении последней строки стиха дети поднимают руки вверх, склоняя кисти над головой: «бутончики» (головы) спрятались. Упражнение повторить 6-8 раз.

1.На экскурсию в зоопарк 2. В гостях у бабы с дедом 3. Детский сад для зверят
Апрель (3-4 недели) Комплекс №16

Пальчиковая гимнастика

«Зоопарк»
В зоопарк пришли зайчата, Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот: На зелёный, на лужок,
Приходи и ты, дружок.
Сгибание пальцев в кулак в ритме потешки. При перечислении животных
считать пальцы
на обеих руках поочерёдно

«Дикие животные жарких стран»
Хобот носит только он –(Рукой плавно двигаем перед собой –изображаем хобот.)
Лопоухий серый слон. (Приставляем руки к ушам.)

«Домашние животные»
Довольна корова своими телятами,
Овечка довольна своими ягнятами,
Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья? Поросятами!
Довольна коза своими козлятами,
А я довольна своими ребятами!
(Показывают поочередно пальцы сначала на одной, затем на другой руке, начиная с больших.)

«Домашние и дикие животные»
Зайка –ушки на макушке –(Руки у висков, указательные и средние пальцы выпрямлены–«ушки».)
Скачет, скачет по опушке. (Руки щепотью вниз у груди –«скачет».)
Шёл за ним колючий ёжик, (Переплели пальцы и пошевелили.)
Шёл по травке без дорожек,
А за ёжиком –краса –(Плавные движения руками перед собой.)
Рыжехвостая лиса.

«Детёныши диких животных»
Это зайчонок, это бельчонок, (Сгибают пальцы в кулак, начиная с мизинца.)
Это лисёнок, это волчонок,
А это спешит, ковыляет спросонок (Вращают большим пальцем.) Бурый, мохнатый,
Смешной медвежонок.

Артикуляционная гимнастика:

«Улыбка» Наш Дениска – озорник
Тянет губки к ушкам.
- Посмотрите, - говорит,
- Я теперь - лягушка!

«Трубочка» Кто играет на гитаре,
А Денис на дудочке,
Губы вытянул вперед
Узкой-узкой трубочкой

«Горка» Кончик языка в зубки упирается,
Спинку выгибаем - горка получается.
Быстро- быстро с горки вниз
На санках катится Денис.

Дыхательная гимнастика:

«Аромат цветов»
Встать, положить ладони себе на грудь. Сделать медленный вдох через нос, стараясь не поднимать плечи. Задержать дыхание и медленно выдохнуть, произнося: «А-а-ах!».

Повторить 3-4 раза.
«Пчелы»
Мы представим, что мы пчелы,
Мы ведь в небе – новоселы.
И.п. – ноги слегка расставлены.
1 – развести руки в стороны (вдох);
2 – опустить руки вниз со звуком «з-з-з» (выдох).

1.День победы 02.Аквариум дом для рыбок
Май (1-2 недели) Комплекс № 17

Пальчиковая гимнастика:

«День Победы»
Что такое день победы? (Рисуют вопрос пальчиками в воздухе).
Это праздник! (Вытягивают руки вперёд ладошками вверх).
Ордена и награды боевые. (Кулачки прижимают к груди).
И салюты золотые, (Поднимают руки вверх, пальчики растопырив на обеих руках).
И тюльпанчики цветные, (Показывают руками бутон).

И чистая земля. (Рисуют большой круг в воздухе).

«Солдаты»
Мы солдаты, мы солдаты, бодрым шагом мы идем.
(*Пальцы бодро «Маршируют» по столу.)*
В нашу армию, ребята, просто так не попадешь.
(Пальцы сжаты в кулак, указательный вверх и покачивается влево-вправо.)
Нужно быть умелыми, сильными и смелыми,
(*Ладонь вверх, пальцы растопырены, сжимаются и разжимаются.)*

Рыбка».
Рыбка плавает в водице, (Сложенными вместе ладонями дети изоб-
Рыбке весело играть. ражают, как плавает рыбка.)
Рыбка, рыбка, озорница. (Грозят пальчиком.)
Мы хотим тебя поймать. (Медленно сближают ладони.)
Рыбка спинку изогнула, (Снова изображают, как плавает рыбка.)
Крошку хлебную взяла. (Делают хватательное движение обеими руками.)
Рыбка хвостиком махнула, (Снова «плывут».)
Рыбка быстро уплыла.

Артикуляционная гимнастика:

«Часики» У Дениса есть часы –
Удивительной красы!
Ходят стрелочки по кругу
И хотят догнать друг друга.

«Вкусное варенье» Если у Дениса плохое настроение,
Ест Дениска наш вкусное варенье.
Надо верхнюю губу вареньицем намазать,
И широким язычком облизнуть все сразу.

«Качели» Язычок – вверх и вниз –
На качели сел Денис.
Вот качели высоко,
Вот качели низко.
До чего же хорошо,
Весело Дениске!

Дыхательная гимнастика:

«Часики»
Часики вперед идут,
За собою нас ведут.
И.п. – стоя, ноги слегка расставлены.
1 – взмах руками вперед – «тик» (вдох);
2 - взмах руками назад – «так» (выдох).

«Петушок»
Крыльями взмахнул петух,
Всех нас разбудил он вдруг.
И.п. – о.с.
1 – поднять руки в стороны (вдох);
2 – хлопать руками по бедрам «ку-ка-ре-ку» (выдох).

1.Про маленькую капельку 2.Цветы
Май (3-4 недели) Комплекс № 18

Пальчиковая гимнастика:

«Чистюли»

Ах вода, вода, вода*!* *(ритмично потираем ладошки имитируя «мытье рук»)*
Будем чистыми всегда!
Брызги-вправо, брызги –влево! *(пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая воду)*
Мокрым стало наше тело!
Полотенчиком *пушистым (энергичные движения имитируют поочередное вытирание каждой руки полотенцем)*
Вытрем ручки очень быстро

«Цветы»

Ромашки белые цветки –(Ладонь вперёд, пальцы раздвинуть –это«ромашка».)
Как пальцы маленькой руки.
И вот слетаются жуки (Перебираем пальцы «руки-ромашки» по одному.)
Считать ромашки лепестки.

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

Артикуляционная гимнастика:

«Грибок» Наш Дениска в лес пошел,
Под сосною гриб нашел.
Подними вверх язычок-
Покажи, как рос грибок.

«Барабанщик» Недавно бабушка Анфиса
Купила барабан Денису.
И теперь он делом занят:
Громко – громко барабанит.

«Пароход гудит» Вот Денискин пароход
Смело по морю плывёт.
Не боясь крутой волны,
Весело гудит он: «ы – ы –ы» .

Дыхательная гимнастика:

«Насос»
Накачаем мы воды,
Чтобы поливать цветы.
1 - наклон туловища в правую сторону (вдох);
2 – руки скользят, при этом громко произносить звук «с-с-с» (выдох).
«Гуси летят»
Гуси высоко летят.
На детей они глядят.
И.п. – о.с.
1 – руки поднять в стороны (вдох);
2 – руки опустить вниз со звуком «г-у-у» (выдох)

Лето солнышком согрето! 2.Мой любимый детский сад

Июнь (1-2 недели) Комплекс №19

Пальчиковая гимнастика:

«Лето»
Солнцем ласковым согрето, («Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)
За весной приходит лето.
Будем в озере нырять («Ныряем» соединёнными вместе ладонями от груди вперёд.)
И цветочки собирать. («Срываем» одной рукой и «собираем» в другую
«Дай нам, солнышко, тепла»
Мы ладошки протянули.
И на солнышко взглянули. *(Дети протягивают ладошки вперёд и ритмично поворачивают их вверх – вниз.)*
Дай нам, солнышко, тепла,
Чтобы силушка была. *(Делают движение пальцами, словно маня к себе.)*
Наши пальчики – малютки
Не хотят ждать ни минутки, *(Ритмично сгибают и разгибают пальцы.)*
Тук – тук, молоточками, *(Наклоняются и поочерёдно ритмично стучат кулачками по коленям.)*
Хлоп – хлоп, лапоточками, *(Ритмично хлопают по коленям.)*
Прыг – прыг, словно зайки,
Скачут на лужайке. *(Стучат полусогнутыми пальцами по коленям.)*

«На лужайке»
На зелёной на лужайке (Дети изображают игру на балалайке)
Заиграла балалайка.
Заиграла дудочка, (Изображают игру на дудочке)
Дудочка – погудочка.
В сарафане красненьком («Плясать» пальчиками на крышке стола)
Заплясала Настенька.

Артикуляционная гимнастика:

Упражнения для щёк и губ
Чередование упражнений «Улыбка»-«Хоботок» (5раз);
Чередование упражнений: надуть щёки-втянуть щёки (5раз);
«Белочка грызёт орешки»-улыбнуться и постучать передними зубками
Упражнения для языка
«Язычок в чащобе»-протиснуть язык сквозь полусомкнутые зубы (3 раза);
Губы в улыбке. Медленно высовывая язык покусывать его по всей поверхности;
«Грибы» на длинных и коротких ножках. (По 5).
«Вкусное варенье»-облизать губы вкруговую;
«Почистить зубки»: нижние-сверху вниз, из стороны в сторону, верхние-из стороны в сторону.
«Подать состав - убрать состав

Дыхательная гимнастика:

Работа над силой голоса.
Дует летний лёгкий ветерок (тихо): «У-у-у-у-у». Подул сильный ветерок (громко): «У-у-у-у-у». (3раза)
Заблудились мы в лесу, закричали мы: «Ау!» (громко-тихо);
Летние листочки на веточках висят, осенние листочки с нами говорят: «А-о-у-и», «О-у-и-а», «У-и-а-о», «И-а-о-у».
«Самолет»
Полетим на самолете,
Будем сильными в полете.
И.п. – лежа на животе, опора на предплечья.
1–3 – прогнуться, приподнять голову, плечи, ноги прямые, руки в стороны (вдох);
4 – и.п. (выдох).

1.По страничкам детских книг 2. Кто такой хороший ,кто такой пригожий

Июнь (3-4 недели) Комплекс № 20

Пальчиковая гимнастика:

«Пальчики»
В этих стихах можно сгибать пальцы,
начиная то с большого, то с мизинца, то на правой,
то на левой руке.

Этот пальчик хочет спать.
Этот пальчик-прыг в кровать!
Этот пальчик прикорнул.
Этот пальчик уж заснул.
Встали пальчики. Ура!
В детский сад идти пора.

Развитие мелкой моторики
Упражнение «Каша»
Каша в поле росла, (Дети подняли руки, шевелят пальчиками.)
К нам в тарелку пришла. («Идут» пальчиками по столу.)
Всех друзей угостим, (В правой ладошке «мешают» указательным по тарелке
дадим. пальцем левой руки.)
Птичке-невеличке, (Загибают по одному пальчику на обеих руках.)
Зайцу и лисичке,
Кошке и матрёшке.
Всем дадим по ложке! (Разжимают кулачки.)

Артикуляционная гимнастика:

Упражнения для щёк и губ
«Хомячок-толстячок». Показать, какие толстые щёчки у хомячка, который несёт в норку запасы зерна. (Надуть обе щеки). Хомячок высыпал зерно в норке. (Втянуть обе щеки.)
«Спрятать зёрнышки попеременно то за левую, то за правую щёчки». (Надувать попеременно то левую, то правую щёки.)
чередование упражнений «Оскал» - «Рупор» (бублик).
Упражнения для языка
Чередование упражнений «Лопатка» - «Колышек» - «Чашечка» (каждое положение языка удерживать под счёт от 1 до10, выполнять 3 раза)
«Качели» (тянуться языком к носу и подбородку по 5 раз).
«Паровоз» (3 раза выкатить состав).

Дыхательная гимнастика:

Развитие физиологического дыхания
Вдыхаем аромат пшеничного хлеба, затем ржаного. (Вдох носом, пауза, под счёт «раз», «два», «три» выдох ртом.)
«Куры».
Дети стоят, наклонившись пониже, свободно свесив руки-«крылья» и опустив голову. Произносят «тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям – выдох, выпрямляясь, поднимают руки к плечам – вдох.
Повторить 3-5 раз:

Бормочут куры оп ночам,
Бьют крыльями тах-тах (выдох),
Поднимем руки мы к плечам (вдох),
Потом опустим – так (Е. Антоновой-Чалой).

1.Почемучкина неделя 2. Сильные, ловкие,с мелые
Июль (1-2 недели) Комплекс № 21

Пальчиковая гимнастика

Цветы».

«Наши нежные цветки распускают лепестки» — поднять кисти рук вверх с опорой на локти, пальчики собраны в щепоть, раскрыть пальчики.
«Ветерок чуть дышит, лепестки колышет» — плавное раскачивание раскрытых пальчиков влево-вправо.
«Наши алые цветки закрывают лепестки» — собрать пальчики обеих рук в щепоть.
«Тихо засыпают, головой качают» — плавное раскачивание пальчиков, собранных в щепоть, влево-вправо.
Ромашки»
Ромашки белые цветки – *(Ладонь вперёд, пальцы раздвинуть – это «ромашка».)*
Как пальцы маленькой руки.
И вот слетаются жуки *(Перебираем пальцы «руки-ромашки» по одному.)*
Считать ромашки лепестки.

«Игрушки»
Мой весёлый круглый мяч, (Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)
Щёки круглые не прячь! (Смена рук.)
Я тебя поймаю, (Двумя руками, соединив одноимённые пальцы, показываем мяч.)
В ручках покатаю! (Покатали воображаемый мяч между ладоней.)

«Дом»
Молоточком я стучу (постукивать кулачками друг о друга)
Дом построить я хочу.
Соединить кончики пальцев обеих рук
Строю я высокий дом,(поднять выпрямленные ладони вверх)
Буду жить я в доме том.
Похлопать ладонями

«Мишка»
Мишка топает ногой,
Мишка топает другой,
Ух, как веселится
В доме половица! (Топаем "ножками" -пальчиками.)
А пока танцует Мишка,
Мы похлопаем в ладоши.
Вместе с лисонькой-плутишкой
Будем зрителями тоже. (Хлопаем в ладоши.)

Артикуляционная гимнастика.

«Лошадка» - медленно, 10 раз.
«Грибочек» - 5 раз под счёт от 1 до 5-10.
«Гармошка» - 10 раскрытий рта.
Чередование упражнений «Блинчик» - «Блинчик с вареньем» - 5 раз.
«Барабанщик». Поднять кончик языка за верхние зубы к альвеолам и произносить: «Тдд - тдд - тдд».

Дыхательная гимнастика:

Развитие речевого дыхания и голоса.
Прокололась шина у машины. Произнесение звука ш-ш-ш.
Насос. Произнесение звука с-с-с.
Машины едут по мокрой мостовой. Произнесение слогов: «Ша-шу-ши-шо».
Гудит поезд. Произнесение слога ту на одном выдохе: «Ту-ту-ту-ту».
Сигнал машины. Произнесение слога на одном выдохе: «Би-би-би-би».
«Косарь».
Дети стоят, ноги на ширине плеч, руки опущены. Махом перевести руки в сторону влево, назад, вправо. Вернуться в исходное положение. Слегка отклониться назад – вдох. Махом снова перевести руки через перёд влево со звуком «зз-уу». Педагог читает стихи, а дети повторяют вместе с ним слоги «зу-зу», делая упражнение. Стихотворение, сопровождаемое упражнениями, прочитывается 3-4 раза:

Косарь идёт косить жнивьё:
Зу-зу, зу-зу, зу-зу.
Идём со мной косить вдвоём:
Замах направо, а потом
Налево мы махнём.
И так мы справимся с жнивьём.
Зу-зу, зу-зу вдвоём (Е. Антоновой-Чалой).

1.Неделя осторожного пешехода 2. Моя любимая игрушка
Июль (3-4 недели) Комплекс № 22

Пальчиковая гимнастика:

«Игрушки»
Я с игрушками играю: (Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)
Мячик я тебе бросаю, (Протягиваем руки вперёд –«бросаем мяч».)
Пирамидку собираю, (Прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз.)
Грузовик везде катаю. (Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки «катаем машинку».)
«Компот»

Будем мы варить компот, *(Левую ладошку держим «ковшиком»)*
Фруктов нужно много. Вот: *(правой рукой «мешаем»)*
Будем яблоки крошить *(Загибаем пальчики на правой руке, начиная с большого.)*
Грушу будем мы рубить,*Отожмем лимонный сок,* Слив положим и песок.
Варим, варим мы компот.*(Опять «варим» и «мешаем»)* Угостим честной народ.
«Дождик»

Дождик, дождик. Стучи пальчиками поочерёдно

Целый день. Барабанит в стекла.

Вся земля, сжимаем и разжимаем кулачки

Вся земля от воды размокла.

Артикуляционная гимнастика:

Упражнения для щёк и губ
Обезьянки. Банан за щекой у обезьянки. Надувать по очереди правую и левую щёки.
Разговор обезьян. Поднимать вытянутые губы к носу, опускать их вниз, затем произносить звукосочетания: «Ух – ух – ух – ух, ох – ох – ох – ох».
Злой шакал. Чередование позиций: а) «оскал», челюсти сомкнуты; б) раскрыть рот с оскаленными зубами; в) сомкнуть челюсти; г) сомкнуть губы.

Слон раскрывает и закрывает хобот. Медленно вытягивать губы и также медленно возвращать их в состояние покоя.

Упражнения для языка

Жираф жуёт листочки. Покусывать язык попеременно правыми и левыми коренными зубами, как бы жуя.

Обезьянка. Рот открыт, губы в улыбке. «Широкий» язык вставить между верхней губой и зубами, затем между нижней губой и зубами.

Обезьянки качаются на лианах. («Гармошка»)

Сигнал опасности у обезьянок. Щёлкать языком, изменяя форму рта.

Дыхательная гимнастика:

Развитие речевого дыхания и голоса

Слон пьёт воду. Вытянуть губы широкой «трубочкой» и сделать вдох (под счёт «раз», «два», «три»), затем выдох (под счёт от «одного» до «пяти»).

Рычание тигра и тигрёнка. Раскатисто произносить звук р-р-р: тигр – громко, низким голосом, тигрёнок – тихо, высоким голосом.

Произносить фразу «Я видел крокодила!» с разной интонацией и чувством (испуг, радость, удивление).

Психогимнастика. Пластические этюды

Мартышка – кривляка. Педагог показывает какие – либо движения, а дети повторяют их. Затем дети придумывают движения сами.

1 На лугу – лужочке расцвели цветочки 2.Мы любим природу
Август (1-2 недели) Комплекс № 23

Пальчиковая гимнастика:

« На лугу»

На лугу, цветов - несчесть! (разводят руки в стороны)
Васильки, ромашки есть, (загибают пальцы левой руки)
Цвета зорьки алой,
В маках покрывало.
Колокольчик голубой,
Всем качает головой,
Милая букашка, (укозательным и средним пальцем правой руки делают «шагающие» движения по левой руке)
Села на ромашку.

«Есть у нас игрушки»

Есть у нас игрушки *(Хлопки)*
Пластмассовые погремушки *(Встряхивают кулачки.)*
Мишка мягкий меховой *(Сжимают и разжимают пальцы.)*
Мяч резиновый цветной *(Делают шар из пальцев.)*
Кубик деревянный,
Солдатик оловянный *(Руки сложить в круг перед собой)*
Шарик легкий надувной *(Руки сложить в круг перед собой.)*
Я люблю играть с тобой *(Хлопают в ладоши)*

«Дождь»
Капельки-дождинки
Упали на травинки.
Кап-кап капельки,
Кап-кап маленьки.
На ладошки дети
Ловят капли эти.
Кап-кап капельки,
Кап-кап маленьки.

(раскрываем одну ладонь, имитируя дождевые капли. подушечками пальцев другой руки постукиваем по ней,
делаем то же самое с другой ладонью.)

«Повар»
Повар готовил обед.
А тут отключили свет. (Ребром ладони дети стучат по столу.)
Повар леща берёт
И опускает в компот. (Загибают большой палец на левой руке.)
Бросает в котёл поленья.
В печку кладёт варенье. (Загибают указательный палец.)
Мешает суп кочерыжкой, (Загибают средний палец.)
Угли бьёт поварёшкой. (Загибают безымянный палец.)
Сахар сыплет в бульон. (Загибают мизинец.)
И очень доволен он! (Разводят руками.)

Артикуляционная гимнастика:

Упражнения для щёк и губ

Включенный миксер. Круговые движения нижней челюстью. (Подбородком нарисовать букву «о» при открытом и закрытом рте.)
Крутим ручку мясорубки. Максимально часто открывать рот при произнесении слога бы со сменой ударения: «Бы-бы-бы, бы-бы-бы, бы-бы-бы».
Упражнения для языка

Гладим бельё. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу сверху вниз, а затем втянуть язык в рот до середины нёба.
Производить движения кончиком языка по твёрдому нёбу, стараясь дотронуться до мягкого нёба.
Привести язык в исходное положение.

Лошадка (10 раз.)
Гармошка (10 раз.)
Грибочек (3 раза под счёт от 1 до 10.)

Дыхательная гимнастика:

Развитие речевого дыхания и голоса
Звуки работающих электромашин: пылесоса, холодильника, стиральной машины. «Дж-дж-дж-дж-дж-дж», «Д-з-з-з-з-з-з».
Разговор Холодильника с Миксером: «Хла-хло-хлу» - «Вжи-вжа-вжо».
«Жук».
Дети сидят, скрестив руки на груди. Опустить голову. Ритмично сжимать обеими руками грудную клетку, произнося «жжж…» - выдох.
Развести руки в стороны, расправив плечи, голову держать прямо – вдох.
Повторить упражнение 4-5 раз:

Жж-у, - сказал крылатый жук,
Посижу и пожужжу.

1.Доктор Айболит 2.До свидания,лето
Август (3-4 недели) Комплекс № 24

Пальчиковая гимнастика:

«Шарик»

Надуваем быстро шарик. Он становится большой.
Вдруг шар лопнул, Воздух вышел -
Стал он тонкий и худой! (*Пальцы сложить в замочек. Медленно их разводим. Кончики пальцев обеих рук соприкасаются друг с другом - шарик надут.*

Хлопаем. Смыкаем ладошки друг с другом.)

«Гармошка»
Посмотри: моя ладошка,
Как веселая гармошка!
Пальчики я раздвигаю,
А потом опять сдвигаю. (*Пальцы на обеих руках соединить вместе. Широко раздвинуть пальцы на обеих руках.)*

Развитие мелкой моторики пальцев рук
Пальчиковая гимнастика «Машина каша»
Маша каши наварила, (Указательным пальцем правой руки
Маша кашей всех кормила дети мешают в левой ладошке.)
Положила Маша кашу
Кошке – в чашку, (Загибают по одному пальчику на левой руке.)
Жучке – в плошку,
А коту – в большую ложку.
В миску курицам, цыплятам
И в корытце поросятам.
Всю посуду заняла, (Разжимают кулачок.)
Всё до крошки раздала. (Сдувают «крошку» с ладошки.)

Артикуляционная гимнастика:

Упражнения для щёк и губ

Кувшины с узким и широким горлышком. Вытягивать губы то узкой, то широкой «трубочкой».
Самовар. Надувать обе щеки одновременно.
Упражнения для языка
Подготовим чашечки для чая, кофе, сока. Чья «чашка» глубже?
Язык «чешкой» снаружи и внутри рта.

Чашка и блюдце на столе. Чередовать артикуляционные позиции: Язык «чашечкой» и язык «блюдечком» («лопатка»).
Острый ножик и глубокий ковшик. Чередовать артикуляционные позиции: «острый» язык и язык «чашечкой».

Ручка чайника. Спинку языка прижать к нёбу, а кончик упереть в нижнюю десну.
Пирожок. Рот открыт, губы в улыбке. Положить «широкий» язык на нижнюю губу. Поднять и свернуть язык в «трубочку».

Дыхательная гимнастика:

Развитие речевого дыхания и голоса
Пьём коктейль через трубочку. (Вдох.) Вытянуть губы узкой «воронкой». (Выдох.)
Дуем на горячий чай. Вытянуть губы широкой «трубочкой» (вдох), подуть на горячий чай (выдох).
Пыхтящий чайник. Произносить: «Пых – пах – пох! Пых – пих – пых – пих!»