**Комплексы упражнений по логоритмике**

**Комплекс упражнений 1**

* ***Динамическое упражнение «Праздник в лесу…»***

Дети и родители берутся за руки и за педагогом идут хороводным шагом «змейкой» между разложенными на полу листьями.

Праздник осенью в лесу —

И светло, и весело.

Вот какие украшенья

Осень здесь развесила.

* ***Дыхательное упражнение «Ветер и листья»***

После вдоха ребята задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф». Затем на одном выдохе произносят несколько раз звук «п», делая ступенчатый выдох, и постепенно опускают руки вниз («листья опадают»).

* ***Подвижная игра «Догонялки»***

Дети встают в круг, в центре — «ежик». Дети идут хороводом под песню «Маленький ежик» в одну сторону, «ежик» двигается противоходом. После окончания песни дети хлопают в ладоши и говорят:

Раз, два, три —

Ребятишек догони!

Дети разбегаются, «ежик» старается их запятнать.

* ***Упражнение на развитие моторики «Водичка»***

Водичка, водичка, *(двумя руками сделать чашечку)*

Умой мое личико. *(ладошками имитировать умывание)*

Чтобы глазки блестели, *(дотрагиваться до глазок по очереди)*

Чтобы щечки краснели, *(тереть щечки)*

Улыбался роток *(улыбаться)*

И кусался зубок *(постучать зубками).*

**Комплекс упражнений 2**

* ***Динамическое упражнение на развитие чувства ритма***

Ти-ти-ти — куда же нам пойти?

*Хлопки в ладоши, отмечающие метрическую пульсацию.*

Ать-ать-ать — в лес отправимся гулять.

*Шлепки ладонями по коленям.*

Ать-ать-ать — будем прыгать и скакать.

*Перетопы ногами*.

* ***Дыхательное упражнение «Ветер и листья»***

После вдоха ребята задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф». Затем на одном выдохе произносят несколько раз звук «п», делая ступенчатый выдох, и постепенно опускают руки вниз («листья опадают»).

* ***Дети рассказывают стихотворение, сопровождая его движениями***

Хлоп, хлоп, хлоп!

*Три хлопка в ладоши.*

Топ, топ, топ!

*Три притопа.*

А под елкой черный кот.

*Поочередно выставлять руки вперед плавными движениями.*

Под елку он залез поспать.

*Присесть, положив сложенные ладошки под щеку.*

Нам мешает танцевать.

*Погрозить пальцем.*

* ***Подвижная игра «Найди пару»***

Под веселую музыку дети и родители двигаются врассыпную. На более подвижную музыку дети и родители встают в пары и кружатся.

**Комплекс упражнений 3**

* ***Динамическое упражнение «Прогулка»***

Раз-два-три, раз-два-три —

По дорожке мы пошли.

*Шаг марша.*

Петлять тропинка начала

Среди высоких трав,

По ней шагаем мы легко,

Головушку подняв.

*Ходьба «змейкой».*

Вот мы кочки увидали,

Через них мы прыгать стали.

*Прыжки с продвижением вперед.*

Впереди течет ручей,

Подходите поскорей.

*Ходьба на носках, руки — в стороны.*

Руки в стороны расставим,

Переходить его мы станем.

Лес осенний увидали

И к нему все побежали.

*Бег по кругу.*

Посмотрела на бегу.

Кто пасется на лугу.

* ***Дыхательное упражнение «Подуй на пальцы»***

Дети складывают пальцы в щепоть, подносят их ко рту и, сделав носом энергичный вдох, дуют на пальцы короткими активными выдохами, энергично работая мышцами живота.

* ***Пальчиковая игра «Птенчики в гнезде»***

Птичка крылышками машет

И летит к себе в гнездо.

*Обхватить все пальцы правой руки левой ладонью и ими шевелить.*

Птенчикам своим расскажет,

Где она взяла зерно.

Разевает птенчик рот —

Маму, маму он зовет.

* ***Массаж тела «Лягушата»***

Родители помогают детям в выполнении движений, соответствующих тексту:

Лягушата встали, потянулись

И друг другу улыбнулись.

Выгибают спинки,

Спинки-тростинки.

Ножками затопали,

Ручками захлопали.

Постучим ладошкой

По ручкам мы немножко.

А потом, потом, потом

Грудку мы чуть-чуть побьем.

Хлоп-хлоп тут и там,

И немного по бокам.

Хлопают ладошки

Нас уже по ножкам.

Погладили ладошки

И ручки, и ножки.

Лягушата скажут: «Ква!

Прыгать весело, друзья!»

* ***Подвижная игра «Прогулка и дождик»***

На 1-ю часть музыки дети свободно гуляют по залу, на 2-ю — пляшут, включая в танец знакомые плясовые движения, на 3-ю — прячутся под большим зонтом, который держит воспитатель.

**Комплекс упражнений 4**

* ***Динамическое упражнение «Мы идем та-та-та…»***

        Хором.

Мы идем: та-та-та.

*Обычная ходьба*.

Мы поем: ля-ля-ля.

*Ходьба на носках.*

Мы едем: ту-ту-ту.

*Ходьба на всей стопе, руки согнуты в локтях («паровоз»).*

Мы кричим: ау-ау.

Стоя на месте, говорят, приложив руки рупором ко рту.

* ***Дыхательное упражнение «Аромат цветов»***

Дети через нос делают спокойный вдох, задерживают дыхание и продолжительно выдыхают, произнося «А-ах!».

* ***Логопедическая гимнастика***

***1)* *Упражнение «Хобот слоненка»***

Подражаю я слону

Губы хоботом тяну…

Даже если я устану,

Их тянуть не перестану.

Буду долго так держать,

Свои губы укреплять.

***2)*** ***Упражнение «Пастушок»***

Вы как пастушки будете играть на дудочке, чтобы коровка не потерялась.

Я на дудочке играю: «У-у-у, у-у-у!»

Всех коровок собираю: «У-у-у, у-у-у!»

Вы идите все за мной: «У-у-у, у-у-у!»

Скоро мы придём домой: «У-у-у, у-у-у!»

***3)*** ***Упражнение «Кто лучше сделает дудочку!»***

При показе картинки дудочки дети вытягивают губки, при показе изображения барабана «играют» на барабане (пальчиками).

* ***Массаж кистей рук «Мышка»***

Мышка маленькая в норке

Тихо грызла хлеба корку.

*Поскрести ногтями по коленям.*

«Хрум, хрум!» —

Что за шум?

*Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их.*

Это мышка в норке

Хлебные ест корки.

*Потереть ладони друг о друга.*

* ***Пальчиковая игра «Осенний букет»***

Раз, два, три, четыре, пять –

Будем листья собирать.

*Сжимать и разжимать кулачки.*

Листья березы,

Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба.

*Загибать поочередно пальцы: большой, указательный, средний, безымянный, мизинец.*

Мы соберем,

Маме осенний

Букет отнесем.

*Сжимать и разжимать кулачки. Вытянуть вперед ладошки.*

* ***Подвижная игра «Гора — дерево — кочка»***

Дети бегают врассыпную по залу, помахивая руками, как крыльями. Когда педагог говорит: «Кочка!» — дети приседают («утка устала, присела отдохнуть на кочку»); «Дерево!» — замирают, подняв вверх руки; «Гора!» — встают на колени и поднимают сцепленные в замок руки вверх.

**Комплекс упражнений 5**

* ***Динамическое упражнение «Мы идем та-та-та…»***

        Хором.

Мы идем: та-та-та.

*Обычная ходьба*.

Мы поем: ля-ля-ля.

*Ходьба на носках.*

Мы едем: ту-ту-ту.

*Ходьба на всей стопе, руки согнуты в локтях («паровоз»).*

Мы кричим: ау-ау.

*Стоя на месте, говорят, приложив руки рупором ко рту.*

* ***Пальчиковая игра «Капуста»***

Хором.

Мы капусту режем, режем,

*Движения прямыми ладошками вверх-вниз.*

Мы морковку трем, трем,

*Потереть кулачок о кулачок*.

Мы капусту солим, солим,

*Поочередное поглаживание подушечек пальцев большим пальцем.*

Мы капусту жмем, жмем.

*Сжимать и разжимать кулачки*.

Огородная семейка,

В танец, в танец поскорей-ка.

* ***Ритмическое упражнение «Капли»***

Капля — раз!

Капля — два!

*Удары ладонями обеих рук по коленям половинными длительностями, четвертями, восьмыми.*

Капли медленно сперва.

Стали капли ударять,

Капля каплю догонять.

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом.

До свиданья, лес густой!

Побежим скорей домой!

* ***Массаж спины «Дождь»***

Дети садятся спиной к родителям, которые выполняют движения:

Дождь! Дождь! Надо нам

Расходиться по домам.

*Хлопки ладонями по спине.*

Гром! Гром, как из пушек.

Нынче праздник у лягушек.

*Поколачивание кулачками.*

Град! Град! Сыплет град!

Все под крышами сидят.

*Постукивание пальчиками.*

Только мой братишка в луже

*Поглаживание спины ладошками.*

Ловит рыбу нам на ужин.

* ***Подвижная игра «Прогулка и дождик»***

На 1-ю часть музыки дети свободно гуляют по залу, на 2-ю — пляшут, включая в танец знакомые плясовые движения, на 3-ю — прячутся под большим зонтом, который держит воспитатель.

**Комплекс упражнений 6**

* ***Динамическое упражнение (на координацию речи и движения)***

Хором.

Раз, два, три — выросли цветы.

*Медленно вставать из положения сидя.*

К солнцу потянулись высоко, высоко!

*Поднять вверх руки, потянуться.*

Цветам тепло и хорошо!

*Обмахивать лицо руками.*

* ***Дыхательное упражнение*«*Воздушный шар»***

Предложите ребенку развести перед собой руки, изображая «воздушный шар». Во время выдоха ребенок произносит звук «ф-ф-ф» и скрещивает руки на плечах.

* ***Пальчиковая игра «Кулачок»***

Как сожму я кулачок, *(сжать руки в кулачки)*

Да поставлю на бочок. *(поставить кулачки большими пальцами вверх*)

Разожму ладошку, *(распрямить кисть)*

Положу на ножку. *(положить руку на колено ладонью вверх)*

ТУК-ТУК - Тук-тук-тук. *(три удара кулаками друг о друга)*

- Да-да-да. *(три хлопка в ладоши)* -

Можно к вам*? (три удара кулаками друг о друга)* -

Рад всегда!*(три хлопка в ладоши)*

* ***Логопедическая гимнастика***

Раз-два-три-четыре-пять

Будем с Рыжиком гулять!

Раз-два-три-четыре

Рот откроем мы пошире.                *широко раскрыть рот;*

Пожевали,                                      *жевательные движения;*

Постучали                                      *постучать зубами;*

И с котенком побежали.                *движение языком вперед-назад;*

Кот снежинки ртом ловил,            *ловить ртом воображаемые снежинки;*

Влево, вправо он ходил.                *движение языком вправо-влево;*

Скучно Рыжику, ребятки,

Поиграем с ним мы в прятки.         *закрыть ладошками глаза, спрятаться.*

* ***Подвижная игра «Веселый мячик»***

Дети встают в круг. Они по кругу передают мяч друг другу.

Ты катись, веселый мячик,

Быстро-быстро по рукам,

У кого веселый мячик,

Тот сейчас станцует нам!

Ребенок, у которого остался мячик, выходит в центр круга и танцует, остальные дети хлопают в ладоши.

**Комплекс упражнений 7**

* ***Динамическое упражнение «Сапожки»***

*(выполнение движений по тексту)*

Папа в сапожищах:

Топ-топ-топ!

Мамочка в сапожках:

Шлёп-шлёп.

А я, детка, крошка,

В маленьких сапожках

Быстро по дорожке:

Топ-топ-топ-топ!

* ***Логопедическая гимнастика***

***1) Упражнение «Хобот у слонёнка»***

«Хобот у слонёнка длинный и большой, посмотрите, дети, может, вот такой?»

***2)*** ***Упражнение «Надуть щеки».***

*Закрыв рот, надуть одновременно обе щеки.*

На зеленой хрупкой ножке

Вырос шарик у дорожки. *(Одуванчик)*

* ***Ритмическое упражнение «Ежик и барабан»***

С барабаном ходит Ежик. Бум-бум-бум!

*На слова «Бум-бум-бум!» дети равномерно ударяют ладонями по коленям.*

Целый день играет ежик:

Бум-бум-бум!

С барабаном за плечами...

Бум-бум-бум!

Ежик в сад забрел случайно.

Бум-бум-бум!

Очень яблоки любил он.

Бум-бум-бум!

Барабан в саду забыл он.

Бум-бум-бум!

Ночью яблоки срывались,

Бум-бум-бум!

И удары раздавались:

Бум-бум-бум!

Ой, как зайчики струхнули!

Бум-бум-бум!

Глаз до зорьки не сомкнули!

Бум-бум-бум!

* ***Массаж лица***

Родители делают массаж своему ребенку.

Носик, носик!

*Провести кулачками по крыльям носа (4 раза)*.

Где ты, носик?

Лобик, лобик!

Где ты, лобик?

*Всеми пальцами провести по лбу от середины к вискам (4 раза)*.

Щечка, шечка!

*Пальцами погладить щеки сверху вниз (4 раза)*.

Где ты, щечка?

Будет чистенькая дочка.

*Погладить ладонями шею.*

Будут чистенький сынок

*Растереть ладошками уши.*

И котенок-малышок.

*Потереть ладони ребенка друг о друга.*

Педагог спрашивает, дети отвечают, показывая:

* Лапки мыли?
* Мыли!
* Ушки мыли?
* Мыли!
* Хвостик мыли?
* Мыли! Всё помыли.

И теперь мы чистые,

Котики пушистые.

* ***Упражнение на координацию движения и речи***

Здравствуй, Васька-козел,

*Поклониться, положив ладонь на грудь.*

Если в гости пришел!

*Покачать головой.*

Угощайся травкой,

*Протянуть ладони вперед.*

Да смотри, не чавкай! (Я. Аким)

*Погрозить пальцем.*

* ***Подвижная игра «Кот и мыши»***

Мышки в норочках сидят,

Мышки в щелочки глядят.

*«Кот» сидит на стуле в углу зала, «мыши» закрывают ладонями лицо и подсматривают, выглядывая из-за них*.

Ой, как много мышек тут,

Коготками пол скребут.

*«Скребут» ноготками пол.*

Тише, мыши, серый кот!

Он вас всех подстережет!

*Грозят друг другу пальцем.*

Серый кот гулять пошел,

И мышат он не нашел.

*«Кот» важно гуляет по залу, «мышки» сидят, не шевелясь.*

Только котик засыпает,

Мышки сразу выбегают.

*«Кот» садится на свое место, «мыши» бегают на носочках по всему залу. С окончанием музыки «кот» их старается поймать.*

**Комплекс упражнений 8**

* ***Динамическое упражнение***

По извилистой дорожке

К речке синей мы пошли.

*Идут друг за другом, ступая по следам, нашитым на дорожке.*

Постарайтесь так пройти,

Чтоб с дорожки не сойти.

Как лисички мы пойдем,

Аккуратненько пройдем.

*Ходьба на носках, имитируя движения хитрой лисы.*

Вдруг из воды высунулась рыбка

*Легкий бег на носках, покачивая перед собой соединенными ладошками.*

И поплыла по воде быстро-быстро.

Рыбка плавает в воде,

Мы резвимся на траве.

* ***Дыхательное упражнение «Шарик»***

Надувала кошка шар,

А котенок ей мешал:

Подошел и лапкой — топ!

А у кошки шарик — лоп!

Ф-Ф-Ф!

Дети кладут руки на живот и делают через нос вдох, стараясь не поднимать плечи. Животик должен стать круглым, как шар. После небольшой задержки дыхания происходит продолжительный выдох. Дети должны стараться, чтобы воздух выходил равномерно.

* ***Гимнастика для глаз «Солнышко и тучки»***

Солнышко с тучками в прятки играло.

*Посмотреть глазами вправо — влево, вверх — вниз.*

Солнышко тучки-летучки считало:

Серые тучки, черные тучки.

Легких — две штучки,

Тяжелых — три штучки.

Тучки попрятались, тучек не стало.

*Закрыть глаза ладонями*.

Солнце на небе вовсю засияло.

*Поморгать глазками.*

Продавало солнышко на веселой ярмарке

Платья разноцветные, яркие-преяркие.

Приходил на ярмарку веселый народ.

Побывал на ярмарке весь огород.

* ***Логопедическая гимнастика***

1. ***Упражнение «Сытый хомячок»***

Надуть обе щеки

1. ***Упражнение «Мишка хочет спать».***

(ребенок укладывает Мишку, произносит «Бай!!!)

Напоили мишку чаем,

А теперь его качаем,

Спать пора, засыпай.

«Бай-бай-бай!»

1. ***Упражнение «Ладушки»***

Поиграйте в ладушки, проговаривая потешку и одновременно выполняя движения руками. Звук А произносите четко и громко.

Ой, ладушки, ладушки,

Испекли оладушки,

На окно поставили

*(поверните руки ладонями вверх),*

Остывать заставили *(подуйте на ладони).*

* ***Ритмическая игра «Молоточки»***

Туки-ток, туки-ток! —

*Ударять кулаком о кулак четвертями.*

Так стучит молоток.

Туки-туки-туки-точки! —

*Восьмыми стучать кулачками по бедрам.*

Застучали молоточки.

* ***Игра-импровизация «Ровным кругом»***

Дети, взявшись за руки, идут по кругу под песню:

Ровным кругом, друг за другом

Мы идем за рядом ряд.

Всё, что гномик нам покажет,

Будем дружно повторять!»

Один ребенок-гномик движется внутри круга противоходом. С окончанием пения он показывает любые движения, а дети повторяют.

**Комплекс упражнений 9**

* ***Динамические упражнения на координацию движений***

Мы на карусели сели.

*Дети встают в пары с родителями. Взявшись за руки, кружатся.*

Завертелись карусели.

Пересели на качели,

Вверх летели,

*Взявшись за руки, один стоит, другой приседает, потом — наоборот*.

Вниз летели.

А теперь с тобой вдвоем

Мы на лодочке плывем.

Ветер по морю гуляет,

*Взявшись за руки, качаются вправо-влево, вперед-назад.*

Ветер лодочку качает.

Весла в руки мы берем,

*Изображают, сидя на полу, как «гребут веслами».*

Быстро к берегу гребем.

К берегу пристала лодка.

*Встают прыжком.*

Мы на берег прыгнем ловко

И поскачем по лужайке,

*Скачут на двух ногах.*

* ***Логопедическая гимнастика***

***1)*** ***Упражнение «Заборчик».***

Зубы ровно мы смыкаем

И заборчик получаем,

А сейчас раздвинем губы –

Посчитаем наши зубы.

***2)*** ***Упражнение «Лошадка».***

Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.

***3) Упражнение «Птичий двор»***

Наши гуси у пруда – «Га-га-га!», «Га-га-га!»,

Наши гуленьки вверху – «Гу-гу-гу!», «Гу-гу-гу!»

Наши курочки в окно – «Ко-ко-ко!», «Ко-ко-ко!»,

А наш Петя-петушок рано-рано поутру

Нам споет «Ку-ка-ре-ку!»

* ***Ритмическая игра «Метелица»***

Метелица, метелица,

Снег по полю стелется.

*Дети врассыпную двигаются по залу, делая плавные движения руками перед собой*.

Кто кружится, вертится,

*Кружатся.*

Тот заметелится.

*Приседают на последний слог.*

* ***Массаж пальцев «Рукавицы»*** (*Массаж детям выполняют родители)*

Вяжет бабушка Лисица

Всем лисятам рукавицы:

*Поочередно потереть большим пальцем подушечки остальных пальцев.*

Для лисенка Саши,

Для лисички Маши,

Для лисенка Коли,

Для лисички Оли,

*Поочередный массаж пальцев левой руки, начиная с большого (при повторении массировать пальцы правой руки).*

А маленькие рукавички

Для Наташеньки-лисички.

В рукавичках — да-да-да! —

*Потереть ладони друг о друга.*

Не замерзнем никогда!

*—*А у нас есть валенки, —

Отвечали Заиньки. —

Что нам вьюга да метель?..

Хочешь, Мишенька, примерь.

* ***Подвижная игра «Гора — дерево — кочка»***

Дети бегают врассыпную по залу, помахивая руками, как крыльями. Когда педагог говорит: «Кочка!» — дети приседают («утка устала, присела отдохнуть на кочку»); «Дерево!» — замирают, подняв вверх руки; «Гора!» — встают на колени и поднимают сцепленные в замок руки вверх.

**Комплекс упражнений 10**

* ***Динамические упражнения «На дворе мороз и ветер»***

Дети выполняют движения, указанные в тексте песни.

1. Доброе утро!                                           *разводят руки в стороны и слегка*

Улыбнись скорее!                                  *кланяются друг другу*

И сегодня весь день                                       *«пружинка»*

Будет веселее.                                        *поднимают* *ручки вверх*

1. Мы  погладим лобик,                             *выполняют движения по тексту*

Носик

И щечки.

Будем мы красивыми,                           *наклоны головы к правому и левому*

Как в саду цветочки!                            *плечу поочередно*

1. Разотрем ладошки                                *движения по тексту*

Сильнее, сильнее!

А теперь похлопаем

Смелее, смелее!

1. Ушки мы теперь потрем

И здоровье сбережем.

Улыбнемся снова,

Будьте все здоровы!                                    *разводят руки в стороны*

* ***Логопедическая гимнастика***

***1)*** ***Упражнение «Тропинка».*** Дети берутся за руки и за ведущим идут «змейкой».

***2)*** ***Упражнение «Надуть щеки».*** Закрыв рот, надуть одновременно обе щеки.

На зеленой хрупкой ножке

Вырос шарик у дорожки. *(Одуванчик)*

***3)*** ***Упражнение для стимуляции движений нижней челюсти «Птенчик»:*** откидывание челюсти вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку шепотным произнесением звука «а» на твердой атаке.

* ***Ритмическое упражнение «Едет поезд»***

Дети топающим шагом двигаются по залу, ускоряя и замедляя движение в соответствии с темпом музыки. Руки, согнутые в локтях (пальцы сжаты в кулачки), делают одновременные круговые движения.

Возвращается наш поезд.

Машинист в нем — Дед Мороз.

Много он зверюшек разных

В детский садик наш привез.

* ***Массаж пальцев «Орешник».***

Наклонил орешник ветки —

*Родители делают массаж ребенку, поглаживая ладонью кисти рук.*

Дарит всем зверям орешки.

*Круговые движения собранными вместе кончиками пальцев правой руки ребенка по его левой* *ладони.*

Вот орешек для бельчонка,

Вот орешек для мышонка,

*Поочередное массирование каждого пальца левой руки, начиная с большого.*

Вот орешек хомячку,

Вот орех бурундучку.

И орешек для меня

Приготовил он, друзья!

*Потирание ладоней ребенка друг о друга. При повторении также массировать пальцы правой руки*.

* ***Подвижная игра «Цыплята и кот»***

*«Кот» стоит в стороне. Дети - «цыплята» идут за «курочками» под песню:*

Курочки, курочки, курочки рябые

По двору идут,

Маленьких, маленьких, маленьких цыпляток

За собой ведут.

— Вы не убегайте далеко!

Зернышки ищите, ко-ко-ко!

*Дети расходятся по всему залу и «ищут и клюют зернышки». Потом мамы - «курочки» говорят:*

Вдруг откуда не возьмись,

Кот злой появись!

*«Цыплята» прячутся под «крыло» к мамам, «кот» старается их поймать.*

**Комплекс упражнений 11**

* ***Динамические упражнения «Гости»***

Всех зовем на новоселье!

Начинается веселье.

Кукла Маша услыхала

*Подскоки.*

Самой первой прибежала.

Вот шагают петушки

*Ходьба с высоким подъемом колена.*

Золотые гребешки.

А матрешки,

*Топающий шаг.*

Куклы-крошки,

Ручками захлопали,

Ножками затопали.

А веселые Петрушки

Взяли в руки погремушки,

Погремушки вверх подняли,

Очень весело плясали.

* ***Дыхательное упражнение «Пузыри»***

Эй, мышонок, посмотри,

*Звать к себе, помахивая кистями*.

Мы пускаем пузыри:

Синий, красный, голубой.

*Перед тем, как назвать каждый цвет, сильно надуть щеки и быстро выдохнуть*.

Выбирай себе любой! —

* ***Логоритмическая гимнастика***

1. ***Упражнение «Подуем на варенье».*** Вытянуть губы вперед трубочкой, как при звуке **«у», и произвести длительный выдох.**
2. ***Упражнение «Вкусное варенье»*** (для укрепления мышц языка, развития его подвижности, выработки подъема широкой передней части языка). Рот открыт. Губы в улыбке. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот, к центру нёба. Следить, чтобы язык не сужался, при втягивании его боковые края скользили по коренным зубам, а кончик языка был поднят. Губы не натягиваются на зубы, нижняя челюсть не «подсаживает» язык вверх — она должна быть неподвижной.

* ***Подвижная игра «День — ночь»***

По сигналу «День!» - дети бегут врассыпную по залу, подражая движениям мышат, птиц, бабочек; на слово «Ночь!» — замирают.

* ***Массаж «На полянке разноцветной»***

Родители помогают ребенку делать массаж.

На полянке разноцветной

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп.*хлопают в ладоши,*

Расплясались наши детки!                    *хлопают по ладошкам партнера,*

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп.

Наши щечки хороши.                 *растирают  щечки круговыми движениями,*

Хороши, хороши.

Веселятся малыши.                       *растирают щечки друг друга,*

Малыши, малыши.

Мы погладим носик,                    *поглаживают свой нос,*

Носик, свой носик.

И дружка курносик.                     *поглаживают носики друг друга,*

Носик-курносик.

По плечам пошлепаем.                        *шлепают ладошками по плечам,*

Шлеп-шлеп, шлеп-шлеп.

По спине похлопаем.           *обнимают друга, шлепают ладошками по спине.*

Вот так вот!

**Комплекс упражнений 12**

* ***Динамические упражнения***

Во сыром бору елонька,

*Встать прямо, прямые и жесткие руки внизу чуть развести в стороны*.

Под елонькой травонька.

*Наклонившись и расставив ноги пошире, «гладить травку» из стороны в сторону*.

На травоньке тропонька,

По тропоньке идет Катенька,

*Взяться за руки, образуя круг, и двигаться хороводным шагом.*

По ельничкам, по березничкам,

*Топающий шаг по кругу.*

По часту леску, по орешнику.

* ***Пальчиковая игра «Птичка»***

Птичка, птичка,

На тебе водички.

*«Звать» птичку, помахивая кистью одной руки к себе, другую ладошку сложить чашечкой.*

Спрыгни с веточки ко мне,

Дам я зернышки тебе.

*«Сыпать корм» одной рукой на ладошку другой.*

Клю-клю-клю...

*Стучать указательными пальцами по коленям в разных ритмах.*

* ***Игра на развитие моторики «Зайчик»***

Жили-были зайчики *(показывать на голове заячьи ушки)*

На лесной опушке. *(разводить руками перед собой, описывая окружность)*

Жили-были зайчики *(показывать на голове заячьи ушки)*

В серенькой избушке. *(сложить руки над головой в форме домика)*

Мыли свои ушки, *(проводить руками по воображаемым ушкам)*

Мыли свои лапочки.*(имитировать мытье рук)*

Наряжались зайчики, *(руки на бока, слегка поворачиваться в обе стороны, в полуприседе)*

Одевали тапочки. *(руки на бока, поочередно выставлять вперед правую и левую ноги)*

* ***Ритмическая игра «Лошадка»***

Скок, лошадка, скок, скок!

По дорожке — цок, цок!

*Четвертными длительностями ударять поочередно ладонями по коленям*.

Цок да цок — стучат копытца,

*Восьмыми хлопать в ладоши.*

Цок да цок — лошадка мчится.

А по ямкам, по овражкам —

Тюх-тюх-тюх, тюх-тюх-тюх!

*Перетопы ногами в ритме четверть-четвертьполовинная*.

А по кочкам, а по кочкам —

Бух, бух, бух, бух!

*Половинными длительностями ударять кулачками по коленям.*

* ***Массаж биологически активных зон «Труба»***для профилактики простудных заболеваний. Родители делают массаж своему ребенку.

Ба-ба-ба —

*Провести всеми пальцами по лбу от середины к вискам (7 раз).*

На крыше есть труба.

Бу-бу-бу —

*Пальцами провести по крыльям носа (7 раз).*

Надо чистить трубу.

Бы-бы-бы —

*Растереть ладонями уши.*

Валит дым из трубы.

Всех зовем на новоселье!

Начинается веселье.

* ***Русская народная хороводная игра «Каравай»***

Как на праздник на веселый

*Взявшись за руки, дети идут по кругу.*

Испекли мы каравай:

Вот такой узенький,

*Сужают круг.*

Вот такой низенький,

*Приседают на корточки.*

Вот такой широкий,

*Расширяют круг.*

Вот такой высокий,

*Поднимают руки вверх.*

Вот такой вкусненький!

*Гладят себя по животу.*

**Комплекс упражнений 13**

* ***Динамические упражнения «Звери на елке»***

Лесом по проселку

*Шаг марша.*

Мы шли сюда на елку.

Ну, давай, подпевай —

Шли сюда на елку.

Вот бегут зайчишки,

*Подскоки.*

Заиньки-трусишки,

Ушками задвигали,

У елочки запрыгали.

*Шаг с высоким подъемом колена.*

Вот шагают петушки,

Золотые гребешки,

Желтые сапожки

На высоких ножках.

*Пружинящий шаг по кругу, протягивая то одну, то другую руку, подражая движениям кота*.

Ну-ка, выходи-ка,

Серый кот-мурлыка,

Бархатные лапки,

А на них царапки.

*Сжимать пальцы в кулаки и разжимать их. Ходьба на внешнем своде стопы*.

Подошел к дороге

Мишка из берлоги,

Лапами захлопал,

По снегу затопал.

*Перетопы с ноги на ногу, стоя на месте, с хлопками в ладоши*.

* ***Дыхательное упражнение «Буль-бульки»***

В стаканчик налейте воды, предложите ребенку дуть через трубочку с помощью трубочек для коктейля.

* ***Упражнение на развитие интонационной выразительности «Лягушки и кукушки»***

По ходу чтения изменяется высота голоса

Ква, ква - (произносится низким голосом) урчат лягушки.

Ку – ку- (произносится высоким голосом) кричит кукушка.

Целый день по лесу:

Ква – ква (произносим низким голосом),

Ку – ку  (произносим высоким голосом).

Ква –ква (произносим низким голосом),

Ку – ку (произносим высоким голосом).

* ***Динамическое упражнение на развитие внимания******«Лисица»***

Я рыжая лисица,

Я бегать мастерица,

Я по лесу бежала,

*Дети бегут, подражая осторожной поступи лисички, любуясь своим хвостиком, на последнее слово присаживаются*.

Я зайку догоняла!

И в ямку — бух!

* ***Массаж***

***«Надо голову помыть»***

Надо голову помыть –                *сильным нажатием пальчиков дети*

Затылок и макушку.                        *имитируют мытье головы*

Пена мыльная ползет

На лобик и на ушки.

***«Расческа»***

Расчесочка, расчесочка,                *дети расчесывают волосы пальцами*

Расчесочка моя!

Причешет и пригладит

Расчесочка меня.

Сделает расчесочка

Красивую причесочку!

* ***Подвижная игра «Замри!»***

Разбежались по лужайке

*Бег врассыпную.*

Мишки, лисоньки и зайки.

Стали весело кружиться,

*Кружение на носочках.*

Стали звери веселиться.

Раз — прыжок, два — прыжок!

*Прыжки на двух ногах.*

Замирай скорей, дружок!

*Замереть в произвольной позе до тех пор, пока ведущая не скажет: «Отомри!».*