

СЕНТЯБРЬ

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	Артикуляционная ГИМНАСТИКА	Дыхательная ГИМНАСТИКА
Как я провел лето	01-03.09	Над волнами чайки кружат, Полетим за ними дружно. Брызги пены, шум прибоя, А над морем — мы с тобою! (Дети машут руками, словно крыльями.) Мы теперь плывём по морю И резвимся на просторе. Веселее загребай И дельфинов догоняй. (Дети делают плавательные движения руками.)	Наши алые цветы Распускают лепестки, Плавно разжимают кулаки. Ветерок чуть дышит, Лепестки колышет. Машут перед собой руками. Наши алые цветки Закрывают лепестки, Плавно сжимают руки в кулаки. Тихо засыпают, Кладут руки под щеку Головой качают. Качают головой.	«Как язычок отдыхал на море». Закончились рабочие деньки, и Язычок решил отдохнуть на море. Он взял надувную резиновую лодку (надуть щеки и удержать под счет до 5), пляжный зонтик (присосать язык к небу и удержать под счет до 8) и широкое махровое полотенце (высунуть широкий язык и удержать под счет до 10). Сел в сказочный вагон и отправился в путь. Быстро летел поезд по рельсам (произносить: «Чух-чух-чух. Ту-туу»).	«ХО-РО-ШО!». Лето, лето к нам пришло, стало сухо и тепло. По дорожке прямоком ходят ножки босиком. Глубокий вдох, руки в стороны, продолжительный выдох «ХО-РО-ШО!».
Осень. Изменения в природе	06-10.09	Дождик осенний из туч моросит, (броски расслабленными кистями рук) Дерево, сбросив листочки, стоит (руки вверх, пальцы направлены вверх (ветви деревьев)) Ветер осенний ветви качает (плавно покачивают руками) Листья под деревом ветер гоняет. (присаживаются и «ворошат листья» под деревом,	Осень. Осень, осень, - трем ладошки друг о друга Приходи! – по очереди сжимаем кулачки Осень, осень, - трем ладошки друг о друга Погляди! – положить ладошки на щеки Листья желтые кружатся, - движение ладонями сверху вниз Тихо на землю ложатся. – поглаживаем колени Солнце нас уже не греет, - по очереди сжимаем кулачки Ветер дует все сильнее, - разводим одновременно ручки в разные стороны К югу полетели птицы, - скрестить ручки и	Наступила осень пора сбора грибов. Язычок, взяв большую корзину (упраж. «Чашечка»), отправился в лес. По дороге в лес увидел «Ручеек»--холодная струйка воздуха «стекает» посередине широкого языка, кончик которого упирается в основание нижних передних зубов; губы раздвинуты в улыбке. Язычок подставил ладошку и почувствовал, какая холодная вода в ручейке. (Дети подставляют ладошки под подбородок; взрослый проверяет правильность	«Дождик» И.п.: о.с. 1 — попеременно выставлять прямые руки вперед — «ловить капли» (вдох); 2 — на выдохе произносить: « Кап-кап-кап!»; 3 — попеременно выставлять прямые руки вперед — «ловят капли»

		имитируя их шелест: «ш-ш-ш-ш...»)	пошевелить пальчиками Дождик к нам в окно стучится. – стучим пальчиками по ладошкам Шапки, куртки надеваем – делаем вид И ботинки обуваем – постучать ногами Знаем месяцы: - похлопать ладошками по коленкам Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. - кулак, ребро, ладонь	выполнения упражнения каждым ребенком: «А какая вода в твоём ручейке?») Язычок долго ходил по лесу и наконец вышел на поляну. Увидел на ней много-много грибов. Упражнение «Грибок»--широкий язык «присасывается» к нёбу, по форме он напоминает шляпку гриба, а подъязычная уздечка ножку гриба.	(вдох); 4 — на выдохе произносить: «Так-так-так!». Повторить 3—4 раза.
Ягоды лесные и садовые	13-17.09	«Один, два, три, четыре, пять» Один, два, три, четыре, пять — топаем ногами, Один, два, три, четыре, пять — хлопаем руками, Один, два, три, четыре, пять — занимаемся опять. А в лесу растёт черника А в лесу растёт черника, Земляника, голубика. Чтобы ягоду сорвать, Надо глубже приседать. (приседания) Нагулялся я в лесу. Корзинку с ягодой несу. (ходьба на месте)	Ягоды – это крыжовник, Клюква, черника, брусника, Малина, клубника, шиповник, Смородина и земляника. (Указательным пальцем одной руки пересчитывают, сгибая, пальцы на другой руке.) Запомнил ягоды я наконец. Что это значит? (Приподнимают плечи, удивляются.) Я – молодец! (Большой палец вытягивают вперед.)	«Почистим зубки». Белочка угостила нас орешками. Мы их съели, сейчас «почистим» зубки. «Почистить» языком сначала верхние, затем нижние зубки. После этого проделать языком круговые движения. Следить, чтобы челюсти не двигались, губы не раздвигались.	«Вдыхаем запах леса» И.п.: о.с. 1 -руки поднять вверх (вдох); 2 -руки опустить вниз (выдох). Повторить 2-3 раза.

<p>Дерева лиственные и хвойные</p>	<p>20-24.09</p>	<p>Во дворе стоит сосна, К небу тянется она. Тополь вырос рядом с ней, Быть он хочет подлинней. (стоя на одной ноге, потягиваемся —руки вверх, потом то же, стоя на другой ноге) Ветер сильный налетал, Все деревья раскачал. (наклоны корпуса вперёд- назад) Ветки гнутся взад-вперёд, Ветер их качает, гнёт. (рывки руками перед грудью) Будем вместе приседать - Раз, два, три, четыре, пять. (приседания) Мы размялись от души И на место вновь спешим. (дети идут на места)</p>	<p>Иголки У сосны, пихты и ёлки (дети перекатывают в руках, массируя ладони Очень колкие иголки, массажный мячик) Но ещё сильнее, чем ельник, Вас уколёт можжевельник! (подбрасывают мячик)</p>	<p>«Пролезаем через бурелом». Губы в улыбке. «Широкий» язык с силой протискивается между зубами наружу так, что верхние резцы скоблят по спинке языка. Следы от зубов на языке — это тропинки в лесу.</p>	<p>«Вдыхаем запах леса» И.п.: о.с. 1-руки поднять вверх (вдох); 2-руки опустить вниз (выдох). Повторить 2-3 раза.</p>
<p>Грибы съедобные и несъедобные</p>	<p>27.09-1.10</p>	<p>Гриша шел-шел-шел, (шаги на месте) Белый гриб нашел. Раз — грибок, (наклоны вперед) Два — грибок. (наклоны вперед) Три - грибок, (наклоны вперед) Положил их в кузовок. («кладут грибы»)</p>	<p>«Грибы». Массаж (или самомассаж) подушечек пальцев (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечки одного пальца). Вылезли на кочке - мизинец Мелкие грибочки: - безымянный Грузди и горькушки, - средний Рыжики, волнушки. - указательный Даже маленький пенек - большой Удивленья скрыть не мог. - большой Выросли опята, - указательный Скользкие маслята, - средний Бледные поганки - безымянный Встали на полянке. - мизинец</p>	<p>«Мелькает беличий хвостик». Рот открыт, губы в улыбке. Поворачивать сильно высунутый изо рта язык вправо и влево так, чтобы его кончик касался уголков рта. Челюсти и губы при этом неподвижны.</p>	<p>«Вдыхаем запах леса» И.п.: о.с. 1-руки поднять вверх (вдох); 2-руки опустить вниз (выдох). Повторить 2-3 раза.</p>

Здоровьесберегающие технологии к лексическим темам, для детей с ЗПР 6- 7 лет старшего возраста.

ОКТАБРЬ

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
------	------	------------	-----------------------	----------------------------	------------------------

Учитель- дефектолог Притула Зульфия

<p>Человек. Части тела, внутренние органы</p>	<p>04-08.10</p>	<p>На каждую строчку стихотворения — четыре прыжка. левой ножкой — прыг, прыг. правой ножкой — прыг, прыг. Мы попрыгаем на двух: Ух, ух, ух, ух! Влево мы попрыгаем, Вправо мы попрыгаем. Мы вперед пойдем И назад отойдем!</p>	<p>Весёлый человечек. Я – веселый человечек, Я гуляю и пою. Я – веселый человечек, Очень я играть люблю. Указательные и средние пальчики обеих рук «шагают» по столу. Разотру ладошки сильно, Растирают ладони. Каждый пальчик покручу, Поздоровуюсь с ним сильно И вытягивать начну. Охватывают каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланги. Руки я затем помою, Потирают ладони. Пальчик к пальчику сложу, На замочек их закрою И тепло поберегу. Складывают пальцы в замок. Дружные пальчики. Эти пальчики щипают, Большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки (или мамину ладонь). Эти пальчики гуляют, Указательный и средний "идут" по другой руке. Эти - любят поболтать, Средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга (шурша). Эти - тихо подремать, Безымянный и мизинец прижимаем к ладони. А большой с мизинцем братцем Могут чисто умываться. Крутим большим пальцем вокруг мизинца.</p>	<p>«Как язычок отдыхал на море». Закончились рабочие деньки, и Язычок решил отдохнуть на море. Он взял надувную резиновую лодку (надуть щеки и удержать под счет до 5), пляжный зонтик (присосать язык к небу и удержать под счет до 8) и широкое махровое полотенце (высунуть широкий язык и удержать под счет до 10). Сел в сказочный вагон и отправился в путь. Быстро летел поезд по рельсам (произносить: «Чух-чух-чух. Ту-туу»).</p>	<p>«Вырасти большой»-- встать прямо, ноги вместе, поднять руки вверх. Хорошо потянуться, подняться на носки — вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню — выдох. Выдыхая, произносить «у-х-х-х-х». Повторить 4–5 раз.</p>
---	-----------------	---	---	---	---

<p>Овощи. Труд в огороде . Польза овощей</p>	<p style="text-align: center;">11-15.10</p> <p>Ах, какой же урожай, (дети стоят лицом в круг) Побыстрее собирай. (правой рукой выполняют хватательное движение и опускают руку в другую сторону) Выкопай картошку с грядки, (имитация копания огорода) Чтобы было всё в порядке. Огурцы сорви быстрей, (наклониться, правой рукой) Чтобы съесть их поскорей. («сорвать огурец» движение зубами с закрытым ртом) Срежь капусту, посоли, (правую руку согнуть в локте, пальцы сжать в кулак, выполнить движение руки справа – налево) Маму с папой угости. (отвести поочередно руки вправо – влево) Выдерни морковь, редиску, (имитация выдёргивания овощей) Поклонись им в пояс низко. (выполнить наклон туловища вперёд, правую руку отвести от груди вправо) Ай, какой же урожай, (руки приставить к вискам, выполнив наклоны головы) Ты в корзину загружай. (руки развести в стороны, направив их движение к себе)</p>	<p>«Огород». Массаж фаланг пальцев (на каждую строчку – разминание фаланги одного пальца; направление массажных движений – от ногтевой фаланги к основанию пальца) Вырос у нас чеснок, указательный Перец, томат, кабачок, средний Тыква, капуста, картошка безымянный Лук и немножко горошка. мизинец Овощи мы собирали, мизинец Ими друзей угощали, безымянный Квасили, ели, солили, средний С дачи домой увозили. указательный Прощай же на год, большой палец левой руки Наш друг – огород! большой палец правой руки</p>	<p>Пришли дети в огород, от удивления открыли рот, увидев огромную тыкву. Упражнение «Тыква» --широко открыть рот, удерживать под счет до «5-6».</p>	<p>«Разговоры овощей». Произносить слоговые сочетания от имени Помидора (хвастиливо) и Огурца (обиженно). Помидор хвастается перед Огурцом тем, что он красный, красивый: «Па-пу, пы-по!» Огурец: «Пы-бы, по-бо». Кабачок говорит Баклажану, что ему надоело лежать на грядке: «То-ты-ту». Произносить «Ох!», «Ах!», «Ух!» шепотом, тихо и громко от имени дедушки и бабушки.</p>
--	---	--	--	---

<p>Фрукты. Труд в саду. Витамины</p>	<p>18-22.10</p>	<p>«Фрукты» Будем мы варить компот. (маршировать на месте) Фруктов нужно много. Вот. (показать руками - "много") Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить, Отожмем лимонный сок, Слив положим и песок. (имитировать, как крошат, рубят, отжимают, кладут, насыпают песок) Варим, варим мы компот, (повернуться вокруг себя) Угостим честной народ. (хлопать в ладоши)</p>	<p>Фруктовая ладошка. Этот пальчик - апельсин, Поочерёдно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого. 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, Фрукт для вас и для нас. Показывают ладошками вокруг и на себя.</p>	<p>Язычок пролезает через щель в заборе в сад. «Широкий» язык с силой протискивается между зубами. Колья забора острые — вот такие. Показать «острый» язык. По очереди высовывать то «широкий», то «узкий» язык. Язык «лопаткой» положи И спокойно поддержи. Язык «колышком» потом Потянем тонким острием.</p>	<p>Нюхаем запах яблока, апельсина, клубники.. Вдох через нос, выдох ртом</p>
--	-----------------	---	---	--	--

Сад – огород	25-29.10	<p>Овощи и фрукты – (наклониться вниз, достать до пола руками (огород) выпрямиться, потянуться руками вверх (сад)) вкусные продукты. (погладить правой рукой по животику, затем левой рукой) в огороде (наклоны вниз, достать руками до пола (собираем урожай на грядках) и в саду (выпрямиться, потянуться руки вверх (собираем урожай в саду) для еды я их найду (погладить правой рукой по животику, затем левой рукой)</p>	<p>«Огород». Массаж фаланг пальцев (на каждую строчку – разминание фаланги одного пальца; направление массажных движений – от ногтевой фаланги к основанию пальца Вырос у нас чеснок, указательный Перец, томат, кабачок, средний Тыква, капуста, картошка безымянный Лук и немножко горошка. мизинец Овощи мы собирали, мизинец Ими друзей угощали, безымянный Квасили, ели, солили, средний С дачи домой увозили. указательный Прощай же на год, большой палец левой руки Наш друг – огород! большой палец правой руки</p>	<p>«Лопата». «Надо выкопать картофель, приготовьте лопаты». Язык лежит на нижней губе в спокойном состоянии. «Копаем картошку». Кончик языка поднимать и опускать, закрывая то верхнюю, то нижнюю губу.</p>	<p>Массаж биологически активных точек лица «Горох». В магазине жил горох – массируем щеки круговыми движениями. Закричал горох: «Ох – Ох!» - массируем уши движениями сверху вниз Тут я, детки, посмотрите, на конфеты не глядите – массируем внешние уголки глаз Ну, скорей меня купите – нажимаем на крылья носа указательными пальцами. От конфет ведь пользы нет – указательными пальцами массируем уголки губ Я нужней, чем сто конфет! - прижимаем ладони к щекам.</p>
--------------	----------	--	--	---	--

Здоровьесберегающие технологии к лексическим темам, для детей с ЗПР 6- 7 лет старшего возраста.

НОЯБРЬ

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	Артикуляционная ГИМНАСТИКА	Дыхательная ГИМНАСТИКА
День Народного Единства. Наша страна	01-05.11	В нашей стране горы-высокие, Реки глубокие, Степи широкие, Леса большие, А мы - ребята вот такие!	<u>Моя страна</u> Посмотрю на карту я (вытягивают вперед прямые ладони) Вот российская земля (по очереди соединяют одноименные пальцы рук) Есть леса тут и озера, Горы, реки и моря. Я люблю тебя, Россия (крепко сжимают в «замок» 9 Ты же Родина моя! (прикладывают руки к груди)	<u>Упражнения для челюсти</u> Движения челюстью вправо, влево. Резко опустить челюсть вниз <u>Упражнения для губ</u> Покусать нижнюю губу; покусать верхнюю губу; «Улыбка» (зубы обнажены) <u>Упражнения для языка</u> «Лопаточка»; сильно подуть на «лопаточку».	<u>Ладшки</u> И.п.: о.с. 1 — медленно похлопать в ладоши (вдох); 2 — на выдохе произносить: «Хлоп-хлоп!»; 3 — быстро похлопать в ладоши (вдох); 4 — на выдохе произносить: «Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!». Повторить 2 раза.

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
Моя улица, мой дом. Адрес	08-12.11	<p>Если на улице дождик идет, (взмахи руками перед собой)</p> <p>Если метелица злая метет, (взмахи руками из стороны в сторону)</p> <p>В доме под крышей укроемся мы, («крыша» над головой)</p> <p>Дождик и снег нам тогда не страшны! (на месте топают ногами)</p>	<p><u>Дом.</u> Я хочу построить дом (Руки над головой «домиком»).</p> <p>Чтоб окошко было в нём (Руки перед глазами. Концы пальцев рук сомкнуты в «окошко»).</p> <p>Чтоб у дома дверь была, (Ладони повернуты к себе, сомкнуты боковыми частями).</p> <p>Рядом чтоб сосна росла. (Пальцы растопырены. Руки тянем вверх).</p> <p>Чтоб вокруг забор стоял (Руки перед собой кольцом, пальцы соединены).</p> <p>Пёс ворота охранял. (Одна рука «пёс», мизинец отсоединить от других пальцев).</p> <p>Солнце было, (Скрестить кисти рук, пальцы растопырены).</p> <p>Дождик шёл, («Стряхивающие» движения).</p> <p>И тюльпан в саду расцвёл. (Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят вверх).</p>	<p><u>«Уборка дома».</u> Твой рот, как дом. Представь, что твой язык – тряпка, и протри свой дом.</p> <p>Протри порог дома – высуну язык и оближи всё вокруг нижней губы, вода языком вперед-назад.</p> <p>Протри верхнюю часть двери – оближи верхнюю губу всю, от одного уголка до другого, вода языком вперед-назад.</p> <p>Протри всю мебель внизу – проведи языком по нижним зубам.</p> <p>Протри все комнаты наверху – проведи языком по верхним зубам.</p> <p><u>«Моем окна».</u> Производить круговые движения кончиком языка по верхней и нижней губам.</p> <p>А теперь вытряхни тряпку на улице – высуну язык и покачай им из стороны в сторону.</p>	<p><u>«Клумба возле дома».</u> Возле дома растут цветы, вдыхаем через нос, аромат: «а-а-ах!» - на выдохе.</p> <p>«Зажжём фонарик в доме».</p> <p>Опустить руки, сделать спокойный вдох, «послать воздух в животик», а на выдохе сделать губы трубочкой и подуть на «фонарик».</p>

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
Домашние животные и птицы	15-19.11	<p>«Киска» То прогнет, То выгнет спинку, Ножку вытянет вперед - Это делает зарядку Наш Маркиз - Пушистый кот. Чешет он себя за ушком, Жмурит глазки и урчит. У Маркиза все в порядке: Когти, шерсть и аппетит.</p>	<p><u>Я в деревне отдыхаю...</u> Я в деревне отдыхаю, <i>(Руки на столе ладонями вниз. Разводить и соединять пальцы правой руки).</i> Всех зверей домашних знаю: <i>(Разводить и соединять пальцы левой руки).</i> Кролик, лошадь и коза, <i>(Называя животное, поднимать и удерживать на весу каждый палец правой руки, начиная с большого).</i> Кот, корова и свинья. <i>(Поднимать и удерживать на весу оставшиеся пальцы правой руки, а затем левой, начиная с большого).</i> А еще баран с овцой, Да верный пес – <i>(Поднимать и удерживать на весу каждый палец левой руки).</i> Помощник мой. <i>(Большой палец правой руки поднять вверх, указательный согнуть, остальные вытянуть вперед и прижать друг к другу – «собака»)</i></p>	<p><u>Артикуляционные упражнения:</u> «Телёнок»-жевательные движения, рот при этом закрыт. «Сердитый Пушок»-рот приоткрыт, язык в виде «мостика». «Копытца»-поцокать язычком, при этом рот открыт. Язычок ведь, как копытца, Может звонко потрудиться. Цок, цок, цок, - и не устанет, лишь усердней цокать станет. «Пушок лакает молоко» - <i>лакательные движения языком.</i> Любит котик молочко, Пьёт его из блюдечка. Как? Охотно и легко. Не устав нисколечко! «Лошадка улыбается»-губы растянуты в улыбке, зубы сжаты и хорошо видны.</p>	<p>«Кошка мяукает» 1-перебирать лапками перед собой (вдох); 2- на выдохе произносить: «Мяу-мяу! Мяу-мяу!» Повторить 2-3 раза.</p> <p>«Собака лает» 1-вдох носом; 2- на выдохе произносить: «Ав-ав-ав! Ав-ав-ав!» Повт. 3-4 раза.</p>

ТЕМА	ДАТ Ы	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
-------------	------------------	-------------------	----------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------

Учитель- дефектолог Притула Зульфия

<p>Зимующие и кочующие птицы</p>	<p>22-26.11</p>	<p><u>«Вороны»</u> Вот под елочкой зеленой (встать) Скачут весело вороны: (попрыгать) Кар-кар-кар! (хлопать над головой в ладони) Целый день они кричали, (повороты туловища влево-вправо) Спать ребятам не давали: (наклоны туловища влево-вправо) Кар-кар-кар! (Громко.) (хлопать над головой в ладони) Только к ночи умолкают (махать руками как крыльями) И все вместе засыпают: (сесть на корточки, руки под щеку — заснуть) Кар-кар-кар! (Тихо.) (хлопать над головой в ладони)</p>	<p><u>Покормите птиц</u> Покормите птиц зимой! (Изображают как сыплют крошки) Пусть со всех концов (Разводят руки в стороны) К нам слетятся, как домой (Большие пальцы соединяют, остальными машут, как крыльями) Стайки на крыльцо. (Кончики пальцев соединяют изображая крышу дома) Сколько гибнет их – не счесть (Держатся за голову и качают ей) Видеть тяжело. А ведь в нашем сердце есть (Прижимают руки к сердечку) И для птиц тепло. (Обнимают и гладят себя) Приучите птиц в мороз (Изображают как сыплют крошки) К своему окну, (Соединяют руки кольцом, над головой) Чтоб без песен не пришлось (Пальцы щепоткой «открывают и закрывают клюв») Нам встречать весну.</p>	<p><u>«Клест».</u> Вытянуть язык и свернуть его трубочкой, удерживать под счет до «шести—восьми».</p> <p><u>«Дятел».</u> Поднять язык за верхние зубы и постучать, произнося: «Тдд-т, тдд-тдд».</p>	<p><u>«Синичка, лети!»</u> Техника выполнения: воздух набирать через нос; плечи не поднимать; выдох должен быть длительным и плавным; необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки.</p>
----------------------------------	-----------------	---	--	--	--

ТЕМА	ДАТ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
Одежда, обувь, головные уборы	06-10.12	<p>Посчитаем первый раз, (<i>Попеременные хлопки ладонями и удары</i>)</p> <p>Сколько обуви у нас. (<i>кулачками по столу</i>)</p> <p>Туфли, тапочки. Сапожки (<i>На каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого</i>)</p> <p>Для Наташки и Серёжки, Да ещё ботинки Для нашей Валентинки, А вот эти валенки Для малышки Галеньки.</p>	<p>Стирка Раз, два, три, четыре, пять – (<i>Последовательно соединяют пальцы одной руки с пальцами другой руки.</i>)</p> <p>Будем вещи мы стирать: (<i>Кулачки имитируют стирку.</i>)</p> <p>(<i>Последовательно соединяют пальцы одной руки с пальцами другой руки.</i>)</p> <p>Платье, брюки и носочки, Юбку, кофточку, платочки. Шарф и шапку не забудем – Их стирать мы тоже будем. (<i>Кулачки имитируют стирку.</i>)</p>	<p><u>«Застегивание и расстегивание молнии».</u> Улыбнуться, крепко сомкнуть губы, удерживать их в таком положении под счет до «пяти» (застегнули молнию). Разомкнуть губы (расстегнули молнию). <u>«Большие пуговицы»</u> -- максимально округлить губы и <u>«Маленькие пуговицы»</u> -- вытянуть губы узкой «трубочкой». <u>«Иголочка»</u> -- вытянуть «острый» язык как можно дальше изо рта и удерживать его в таком положении (под счет до «пяти-шести»).</p>	<p>«Гладим белье»: 1-скользящей правой ладонью по левой ладони (вдох); 2-на выдохе произносить: «Пш-ш-ш-ш!». Повторить 3-4 раза.</p>

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
Зимние забавы. Зимние виды спорта	13-17.12	<p>Мы зимой в снежки играем, мы играем. (имитация лепки снежков)</p> <p>По сугробам мы шагаем, мы шагаем. (высоко поднимая колени)</p> <p>И на лыжах мы бежим, мы бежим. (пружинистые движения на месте, широкие взмахи руками, руки согнуты в локтях)</p> <p>На коньках по льду скользим, мы скользим. (плавные пружинистые движения руки согнуты в локтях)</p> <p>И снегурочку лепим мы, лепим мы. (соответствующие движения)</p> <p>Гостью-зиму любим мы, любим мы. (развести руки в поклоне и поставить на пояс)</p>	<p><u>Зимние забавы.</u> Раз, два, три, четыре, пять (загибаем пальчики)</p> <p>Мы во двор пошли гулять (указательным и средними пальчиками "идем" по столу)</p> <p>Бабу снежную слепили (катаем ручками "комоч")</p> <p>Птичек крошками кормили ("кормим птичек ")</p> <p>С горки мы потом катались (ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)</p> <p>А ещё в снегу валялись (кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)</p> <p>Все в снегу домой пришли (отряхиваем ладошки)</p> <p>Суп поели ("едим суп"), спать легли (ладошки под щечку).</p>	<p><u>«Горочка»</u> -язык–«горочкой», кончик языка упирается в нижние резцы. Удержатъ «Горочку» из языка под счёт: один, два, три. Держать, держатъ «горочку»!</p> <p>Сделаю я горочку, Горочку круту. Будет эта горочка У меня во рту!</p> <p><u>«Язык и горочка»</u> - провести языком по нёбу сверху – вниз несколько раз. Едет с горочки язык. Он кататься так привык: Сверху – вниз, по нёбу, К зубкам, не к сугробу!</p>	<p><u>«Сугроб» -</u> Все снежинки (Вдох через нос) Соберём в сугроб. (Выдох через рот) Чтоб не разлетались, Накроем ручкой: Хлоп! (Соответствующее движение ладошкой).</p> <p><u>«Замёрзли ручки...»</u> Ручки замёрзли? (Подуть на руки холодным воздухом: Ф-ф) Подуем на них. Дыханием тёплым (Подуть на руки тёплым воздухом: Х-х-х...) Согреем мы их. (Продолжить дуть тёплым воздухом.)</p>

ТЕМА	ДАТЫ	ФИЗМИНУТКА	ПАЛЬЧИКОВА ГИМНАСТИКА	АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА
Новый год	20-30.12	<p>Наша елка велика (круговое движение руками), Наша елка высока (вставить на носочки), Выше мамы, выше папы (присесть и встать на носки), Достает до потолка (потянуться). Будем весело плясать. Эх, эх, эх! Будем песни распевать. Ля-ляля! Чтобы елка захотела В гости к нам прийти опять! (пляшут, притопывая ногами, разводя руками в стороны и ставя на пояс)</p>	<p><u>Наряжаем ёлку</u> Раз, два, три, четыре, пять (поочерёдно соединяют подушечки пальцев обеих рук, начиная с большого). Будем ёлку наряжать (соединяют ладони «домиком» над головой и разводят руки в стороны) Мы повесим шарик, (соединяют подушечки пальцев обеих рук, образуя шарик) Яркие фонарики, (прижимают ладони друг к другу, пальцы раздвинуты, выполняют вращательные движения ладонями вперёд – назад) Весёлого Петрушку, (показывают длинный нос) И разные игрушки: (вытягивают ладони вперёд) И мишку - шалунишку показывают «Мишкины лапы» и (покачиваются из стороны в сторону) И зайнку – трусишку (прикладывают раскрытые ладони к голове)</p>	<p>Язычок приготовился слушать «зимнюю сказку». «Лопата»- Он лёг на нижнюю губу, показывает какой он внимательный и послушный. - Очень хочется язычку послушать интересную зимнюю историю и от нетерпения он, то выглядывает, то снова прячется за зубы «Прятки». - даже прищёлкивает, так хочет поскорее услышать историю «Лошадка». Это было зимой, в конце декабря. На улице шёл снег, дул зимний ветер, который гонял снежинки. «Зимний ветер» -рот закрыт, круговые вращения язычком сначала в правую сторону, затем-в левую. «Мороз на дворе» - поднять язык за верхние зубы и постучать, произнося: «Тдд-т, тдд-тдд». Рот приоткрыт, зубы не смыкаются.</p>	<p>Упражнение на дыхание: «Снежинка» - вдох через нос, длительный выдох через рот, следить, чтобы щеки не надувались. Сдуть «снежинки» с ладошки. Снежинка кружится, Снежинка летит. Ко мне на ладошку Снежинка спешит. Мимические упражнения: <u>«Сердитый Мороз»</u> Не боимся мы мороза! (Радостная улыбка.) Рассердился он на нас: (Сдвинуть брови, насупиться.) «Заморожу, заморожу, Заморожу вас сейчас!» (Вытянуть губы трубочкой, ещё большие насупить брови, сердито потрясти головой.) <u>«Дед Мороз выступает»</u> Дед Мороз повеселел, (Весёлое выражение лица.) Улыбнулся, и запел. (Улыбнуться и ртом движения, как во время пения.) Выступал Мороз у ёлки, (Беззвучное артикулирование гласных.) Отморозил ей иголки... (Горестно вздохнуть.)</p>

Учитель- дефектолог Притула Зульфия