

Гимнастика с элементами

логоритмики



Известно: чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивней развивается его речь. Известно также, что формирование движений происходит при участии речи. Она является одним из основных компонентов двигательнo-пространственных упражнений. Ритм речи, прежде всего стихов, поговорок, пословиц, способствует совершенствованию динамической координации, общей и мелкой моторики, облегчает процесс запоминания.

С помощью стихотворной ритмической речи вырабатываются правильный темп речи, ритм дыхания, развиваются речевой слух, речевая и двигательная память.

Предлагаемые вашему вниманию комплексы утренней гигиенической гимнастики-разминки, сопровождающиеся речитативами, рассчитаны на детей разного возраста и различных уровней речевого развития.



Логопедическая разминка №1

1. Делаем на месте два шага, остановиться, притопнув левой ногой, два раза ударить по бедрам, похлопать в ладоши (повторить шесть - восемь раз).

Топ, топ!
Хлоп, хлоп!

2. Ходьба в полуприседе, руки на поясе (дети представляют себя котятами, спешащими к маме-кошке).

Тук, тук, тук, тук!
Моих пяток слышен стук,
Мои пяточки идут,
Меня к мамочке ведут.

3. Ходьба на внутреннем своде стопы (дети изображают пингвинов).

Лед да лед, лед да лед,
А по льду пингвин идет.
Лед да лед, скользкий лед,
Но пингвин не упадет.



4. Ходьба на наружном своде стопы (дети - медвежата).

Мишка, мишка косолапый,
Мишка по лесу идет,
Мишка хочет ягод сладких,
Да никак их не найдет.

5. Ходьба с высоким подниманием коленей (дети представляют себя лошадками).

Цок, цок! Конь живой,
С настоящей головой,
С настоящей гривой,
Вот какой красивый!

6. Прямой галоп (выполняя движение, дети щелкают языком).

7. Боковой галоп со сменой направления.

8. Бег с выносом прямых ног вперед. Бу-ра-ти-но.

9. Марш со сменой направления по сигналу (все бодро идут под музыку).

10. Свободная ходьба с упражнениями на дыхание.



Логопедическая разминка №2

1. Ходьба в колонне по одному (см. первую разминку).

2. Ходьба в полуприседе.

Чок, чок, чок, чок

Наступлю на каблучок (повторить шесть-восемь раз).

3. Ходьба с высоким подниманием колена, с хлопком по бедрам.

Возле дома во дворе

Петушок гуляет

И любимую свою

Песню распевает.

4. Ходьба на носках с хлопками над головой.

Ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку (повторить четыре раза).

5. Прыжки с продвижением вперед, руки на пояс.

Скачут зайцы -

Прыг да скок -

На лесной опушке,

А у зайчиков торчат

Ушки на макушке.



6. Ходьба на внутреннем своде стопы.

Я, пингвин, не один,
Нас, пингвинов, стая.
Мы живем среди льдин
И не замерзаем.

7. Ходьба на наружном своде стопы.

Три медведя шли домой,
Папа был совсем большой,
Мама чуть поменьше ростом,
А сынок, малютка просто.

8. Легкий бег на носках (0,5 мин.)

Побежали наши дети
Все быстрее, все быстрее,
Не догонит косолапый...
Давайте, веселей!

9. Свободная ходьба.



Логопедическая разминка №3

1. Свободная ходьба.

На огород мы наш пойдём,
И овощей там наберём.
Дорога коротка, узка,
Идем, ступая, мы, с носка.



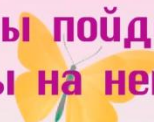
2. Ходьба в полуприседе.

Дождик, дождик, веселей,
Капай, капай, не жалеи.
Только нас не замочи,
Зря в окошко не стучи.



3. Ходьба приставным шагом вправо в полуприседе.

И по бордюру мы пойдём
И приседаем мы на нём,
Потом обходим деревца
И пробежимся мы слегка.



4. Свободная ходьба.

А что в нынешнем году
В нашем выросло саду?
Все мы вам покажем,
Обо всем расскажем.



Логопедическая разминка №4 («Медвежата»)

1. Ходьба на носках в среднем темпе, руки за головой.

Мы веселые ребята,
Наше имя - медвежата.
Любим лазать и метать,
Любим прыгать и играть.



2. Ходьба в глубоком приседе.

Мишка шел, шел, шел,
Землянику он нашел,
Он присел, попыхтел,
Землянику всю он съел.



3. Ходьба с высоким подниманием бедра,
поворотом на 360 градусов.

Мишка шел, шел, шел,
К тихой речке он пришел,
Сделал полный поворот,
Через речку пошел вброд.



4. **Прыжки с продвижением вперед.**

Мишка шел, шел, шел,
На лужайку он пришел,
Он попрыгал на лужайке
Быстро, ловко, словно заяка.

5. **Легкий бег на носках (0.5 мин.)**

6. **Спокойная ходьба.**

Логопедическая разминка №5

1. **Ходьба в полуприседе, хлопки по бедрам.**

Вышли уточки на луг
Кря, кря, кря, кря.

2. **Легкий бег на носках.**

Прилетел похматый жук -
Жу, жу, жу, жу.

3. **Ходьба с перекатом с пятки на носок или ходьба на носках, руки назад.**

Гуси шею выгибают -
Га, га, га, га.



4. Прыжки с продвижением вперед.

А лягушки на болоте

Ква, ква, ква, ква.

5. Ходьба с высоким подниманием бедра, руки на поясе.

Едем, едем, на лошадке,

Цок, цок, цок, цок!

По дорожке гладкой, гладкой,

Цок, цок, цок, цок!

В гости нас звала принцесса,

Цок, цок, цок, цок!

Кушать пудинг сладкий, сладкий,

Цок, цок, цок, цок!

6. Бег с захлестом голени назад.

Бей, бей барабан,

Помоги солдату.

Если попнет барабан,

Положу заплату.

7. Свободная ходьба под марш.

