

«Развитие детей методом кинезиологии»

Информационная характеристика проекта

Автор проекта:

Русакова Светлана Александровна
воспитатель первой квалификационной категории.

Вид проекта:

Инновационный, практико-ориентированный.

Тип проекта: срочный

Срок реализации: 4 неделя октября

База реализации проекта: МДОУ д/с 77 г.Ярославля

Участники проекта:

дети подготовительной к школе группе, воспитатели группы, родители

Проблема: постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом, психическом и речевом развитии.

Обеспечение проектной деятельности:

картотека кинезиологических упражнений;
информационная папка-передвижка в родительский уголок.

Ожидаемый результат проекта:

дети успешно освоят кинезиологические упражнения, которые позволят:

- эффективно корректировать нежелательные формы поведения;
- корректировать отклонения в развитии психических процессов и речи;
- овладевать умениями, которые ранее были недоступны детям.

Обоснование.

Современный мир меняется стремительно. Запросы детских садов и общества в целом таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем и постараться стать успешным. Поэтому и необходимыми становятся не сами знания, а умение учиться, развивать личность через формирование универсальных учебных действий. В последнее же время отмечается увеличение количества детей с затруднениями в обучении, различными нарушениями в организме, трудностями в адаптации. Для преодоления имеющихся у них нарушений необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы. Также в системе дошкольного образования мы наблюдаем значительные преобразования, вызванные изменением научной, материальной, методической базы обучения и воспитания детей дошкольного возраста. Одним из важных условий обновления является использование новых информационных технологий. Это позволяет, с одной стороны повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса, с другой - в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения и воспитания.

Актуальность проекта.

Одним из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс является использование кинезиологии. Она позволяет привнести восстановление работоспособности и продуктивности в непосредственно образовательную деятельность.

С этой целью разработан проект «Развитие детей методом кинезиологии». Кинезиология направлена на то, чтобы развить связи между правым и левым полушарием и добиться гармоничного развития их у ребенка.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение.

Существует уже 2000 лет, используется во всем мире. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет. Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие. Кинезиологические упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии. Кинезиологические упражнения совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, снижают заболеваемость и делают жизнь ребенка более безопасной благодаря таким качествам, как ловкость, сила, гибкость; - готовят ребенка к школе, постепенно приучают его выдерживать нагрузки, проявлять волю; - способны помочь ребенку справляться со стрессовыми ситуациями и постоять за себя в непростой жизни.

Цель проекта:

Развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной и речевой деятельности.

Задачи проекта:

Для детей:

1. Развитие межполушарной специализации.
2. Развитие межполушарного взаимодействия.
3. Синхронизация работы полушарий.
4. Снятие эмоциональной напряжённости.
5. Развитие мелкой моторики.
6. Развитие способностей.
7. Развитие памяти, внимания.
8. Развитие мышления.

Для педагогов:

1. Создать условия для благополучного и комфортного состояния детей.
2. Повышение профессиональной компетентности.

Для родителей:

1. Познакомить родителей (законных представителей) с современными кинезиологическими методиками, их целями и задачами.
2. Научить родителей (законных представителей) применять эти методики на практике.

Условия реализации проекта:

1. Упражнения проводятся ежедневно в рамках непосредственной образовательной деятельности и в режимных моментах.
2. Занятия проводятся в доброжелательной обстановке.
3. От детей требуется точное выполнение движений и приемов.
4. Упражнения проводятся стоя, сидя и лёжа.
5. Упражнения выполняются в медленном темпе от 3 до 5 раз, сначала

одной рукой, затем другой рукой, а в завершение - двумя. Все указания даются чётко, спокойно. Педагог следит за правильностью выполнения заданий.

Все упражнения педагог выполняет вместе с детьми, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность предлагаемых упражнений (с учетом возраста детей).

Этапы реализации проекта:

Подготовительный – сбор информации, работа с методической

литературой, составление плана работы над проектом, представление опыта работы в рамках образовательного учреждения).

Итоговый – подведение результатов, презентация работы над проектом.

Продукты проекта для детей:

1. Картотека кинезиологических упражнений.
2. Конспект занятия «Кинезиология - как средство развития мыслительных процессов дошкольников»

Продукты проекта для педагогов:

1. Мастер-классы («Зарядка для ума и тела», «Кинезиологические игры в развитии интеллекта»).
2. Презентация проекта.

Продукты проекта для родителей:

Памятки «Гимнастика мозга»

Методическое обеспечение:

Литература:

Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников:

Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2008. – 60с

Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. Кинезиологическая

гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие / РГПУ. –

Рязань, 2000. – 48 с.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ **по теме «Кинезиология - как средство развития мыслительных процессов** **дошкольников»**

для детей подготовительной группы

Задачи: создать положительный эмоциональный настрой, снизить психоэмоциональное напряжение, развивать межполушарное взаимодействие, слуховое восприятие, ориентировку на листе, продолжить обучение приемам саморегуляции, формировать навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками, учить уважать чужую работу, пространство.

Оборудование: колокольчик, магнитная доска с тренажером, музыка для релаксации, музыка для сопровождения рисования, листы бумаги и по два карандаша на каждого ребенка, восковые мелки, лист ватмана, материал для упражнения «Обведи...», красные карандаши на каждого ребенка, одноразовые стаканчики с водой, деревянные палочки.

Ход занятия:

Дети входят в кабинет и берутся за руки.

-Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть. Давайте поприветствуем друг друга с помощью нашего колокольчика. Не забудьте улыбнуться и посмотреть в глаза тому, кого приветствуете.

- Вова, я очень рада тебя видеть! (передает колокольчик Насте), и т.д.

Игра «Рулёт»: Дети встают в шеренгу, держась за руки. Ребенок, стоящий первым, начинает поворачиваться вокруг своей оси, увлекая за собой стоящих следом.

1.Упражнения для развития межполушарного взаимодействия

Комплекс 1.

1. Колечко. Поочерёдно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно. а затем двумя руками вместе.

2. Кулак – ребро – ладонь. Три положения руки на плоскости стола последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем двумя руками вместе. Количество повторений 8 – 10 раз. При затруднении движения сопровождаются командами (соответствующими словами) вслух или про себя .

3. Добываем огонь. Дети берут в руки палочки и вращают между ладонями.

4.Зеркальное рисование. Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру, рисовать одновременно двумя руками зеркально – симметричные рисунки, буквы, При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки, синхронизируется работа полушарий, увеличивается эффективность работы всего мозга.

5.Ухо – нос.левой рукой взяться за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук с точностью « до наоборот».

6.Змейка. Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе, двигать пальцем, который укажет педагог. Палец должен двигаться точно и чётко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя, задание даётся словесно. Последовательно в упражнении участвуют пальцы обеих рук.

7. Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы.

8. Свеча. Сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

2.Упражнение на развитие слухового восприятия.

Ребята, нужно послушать то, что я вам сейчас расскажу, а вы внимательно следите за моей речью и если услышите какую-нибудь путаницу, потопайте ногами, а затем объясните, почему вы прервали рассказ и исправьте мою ошибку. А расскажу я вам вот что. «Собрался как-то раз охотник в лес. Взял с собой собаку, рюкзак и лыжи. Приходит в лес, надевает **коньки** и начинает двигаться по лыжне. Вдруг его **кошка** что-то увидела. Под елкой сидел **рыжий** заяц. Собака **замяукала**, заяц бросился бежать. Заяц **прыгнул на** дерево, а собака за ним **полезла**. Заяц от собаки убежал. Тогда собака стала копать **землю** и раскопала **гриб**. Больше из животных охотник никого не встретил.» (Дети должны найти несоответствие в тексте)

3. Игра «Пол-нос-потолок». Дети показывают руками: «пол» - руки вниз, «нос» - дотрагиваемся до носа, «потолок» - руки поднимаем вверх. Ведущий может путать детей.

4. Рисуем всей группой.

Живем мы все в одном доме, дружим, и, я думаю, нам не составит труда рисовать на одном листе бумаги одновременно. Придумайте, что вы хотите нарисовать, выберите себе место. Для рисования вы получите только один мелок, но я думаю, что вам захочется сделать свои рисунки разноцветными. Для этого вам нужно будет обмениваться друг с другом мелками. (Дети рисуют под музыку, потом рассказывают о том, что нарисовали.)

5. Упражнение «Обведи буквы и цифры»

У каждого ребенка лист с буквами и цифрами.

«Обвести в кружок все буквы А, а в квадрат – все цифры 2.

После того, как дети закончат выполнять задание, Нужно будет взять красный карандаш и проверить выполнение самостоятельно.

6. Когнитивное упражнение «Чаша доброты» (визуализация)

И.п. - сидя на полу.

Воспитатель: "Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку.

Мысленно наполните ее до краев своей добротой. Представьте рядом другую чужую чашку, она пустая.

Отлейте в нее из своей чашки доброты.

Рядом еще одна пустая чашка, еще и еще...

Отливайте из своей чашки доброту в пустые. Не жалейте!

А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в нее своей доброты.

Вы можете делиться своей добротой с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной.

Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажите: "Это я! У меня есть такая чашка доброты!"

7. Обратная связь.

Дети сидят в кругу. «Что вам понравилось на занятии?

Вызывало ли что-нибудь у вас трудности?»

8. Ритуал окончания занятия.

- Возьмите друг друга за руки и постоит немного. Что вы почувствовали, держа друг друга за руки? (Ответы детей).

-Мне с вами было хорошо. А вам? (Дети отвечают)

Мастер – класс для педагогов

«Использование методов кинезиологии в области физического развитие».

Цель:

Развитие коммуникативной компетентности инструкторов по физической культуре, формирование здорового образа жизни, использование новых технологий в работе с детьми.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с новыми играми и упражнениями с элементами кинезиологии.
 2. Дать элементарные представления о науке кинезиологии, теоретические и практические.
- Мастер-класс для педагогов ДОУ рассчитан на неограниченное количество участников.
Продолжительность — 15 минут

Необходимое оборудование: мячи разного диаметра, обруч, колечки. мешочки, муз. проигрыватель.

Часть	Содержание	Описание
Организа- ционная часть	Создание мотивационной ситуации. Определение актуальности мастер-класса.	Уважаемые коллеги. Мы говорили сегодня о физкультурно-оздоровительных технологиях в детском саду, кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья человека через определенные физические упражнения. Применение метода: 1. диагностика (мелкой и крупной моторики) 2. образовательная деятельность с регулярным применением кинезиологических игр и упражнений на межполушарное взаимодействие, синхронизацию полушарий головного мозга). 3. утренняя зарядка и физкультурные занятия, динамические паузы. Применение метода кинезиологических упражнений позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Проблемы воспитания здорового ребенка были и остаются наиболее актуальными и практике общественного и семейного воспитания, они диктуют необходимость поисков эффективных средств их реализации. Важная роль в успешном применении оздоровительных средств и методов принадлежит

		созданию таких условий организации воспитательно-образовательного процесса, при которых развивающий эффект достигается без какого-либо ущерба для растущего организма и способствует улучшению физического статуса дошкольника. Особое значение и контексте рассматриваемой проблемы занимает организация оздоровительной и профилактической деятельности дошкольного образовательного учреждения в соответствии с современными требованиями общества. Для преодоления имеющихся у дошкольников нарушений, предупреждения развития патологических состояний, укрепления психофизического здоровья необходимо проведение комплексной работы. Формами такой работы могут стать <u>кинезиологическая гимнастика</u>. Методы кинезиологии совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, способствуют развитию у детей таких качеств как ловкость, гибкость, выносливость. Постепенно приучают ребенка выдерживать нагрузки, проявлять волю. Так, при наименьших затратах достигается положительная динамика в развитии интеллектуальных способностей детей через движение.
Практическая часть	Кинезиологическое упражнение: «Зоркие глазки» (2-3 минуты) <i>Цель:</i> профилактика нарушений зрения и активизация работы мышц глаз.	Инструкция: участникам нужно разбиться на подгруппы (3 группы – по виду их профессиональной деятельности) Уважаемые коллеги выполняйте упражнения по словесному указанию. Упражнения 1. Чтобы зоркость не терять, нужно глазками вращать. (Вращать глазами по 2-3 секунды) 2. Нарисуем большой круг и осмотрим все вокруг. (Глаза и язык вращать по кругу) 3. Глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз и все сначала! 4. Быстро-быстро поморгай, Потом глазкам отдых дай.
	Кинезиологические упражнения в ОРУ (5-6 минут) Цель: активизировать	Инструкция: каждой группе достается спортивный снаряд (мячи разного диаметра, кольцо, мешочки): все участники группы выполняют кинезиологические упражнения. Затем участники меняются спортивными снарядами и продолжают выполнять упражнения. 1. И.п.-о.с предмет в правой руке 1. Выполняется

двигательную активность развивать межполушарное взаимодействие, развитие коммутативных качеств.	бросок предмета одной рукой вверх, ловится предмет двумя руками. Повтор упражнения 10-12 раз 2.И.п.- .о.с предмет в правой руке 1. Выполняется бросок предмета правой рукой вверх, ловится предмет правой рукой. Повтор упражнения 10-12 раз тоже левой рукой. 3. И.п.-.о.с предмет держим двумя руками 1. Выполняется бросок предмета вверх двумя руками, хлопок 1-2 раза, ловится предмет двумя руками. Повтор упражнения 10-12 раз. 4. И.п.-.ноги на ш.п. руки с предметом внизу ,поворот вправо , левая рука с предметом выносится в сторону(скручивание), в и.п. тоже в левую сторону. Повтор упражнения 10-12 раз
Кинезиологическое упражнение. (2мин) Цель: совершенствование мелкой и крупной моторики, синхронизацию полушарий головного мозга.	Инструкция: Колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе. Кулак—ребро—ладонь. Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течении 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется правой рукой, потом левой, затем — двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя. Ухо—нос. Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот». Дыхательное упражнение «Воздушный шар».

Заключительная часть	<i>Подведение итогов</i>	Ну что ж, мы попробовали некоторые игровые упражнения, которые при желании могут видоизменяться. Надеюсь, они будут вам полезны в вашей практической работе с воспитанниками. Коллеги, вы молодцы! Спасибо за активное участие в мастер-классе. Предлагаются буклеты и консультации для педагогов на данную тему.
-----------------------------	--	--

Кинезиологические сказки для детей.

В лесу.

(способ организации – сидя за столом)

Однажды маленький ежонок потерялся в лесу (Упражнение «ёжик»). Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой). Он очень испугался и стал плакать. Тут к нему подбежал зайчонок (Упражнение «заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем). Он спросил у ежика: «Почему ты плачешь?». Ежик рассказал зайчику, что пошел гулять по лесу (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), и заблудился, а теперь не знает, как найти дорогу домой (Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Зайчик решил помочь ежонку. Они вместе пошли искать его дом (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). В этом лесу росли большие деревья (Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны). Долго они шли (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), но дом ежика не могли найти (Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Вдруг им навстречу выбежала собачка (Упражнение «собака». Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными). Зайчик (Упражнение «заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем), спросил у собачки, не знает ли она, где дом ежика? Собачка (Упражнение «собака». Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными) сказала, что знает, где его дом (Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Собачка вместе с зайчиком проводили ежонка до дома ((Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). Ежонок очень обрадовался и угостил зайчика и собачку вкусными оладушками (Упражнение «оладушки». Одна рука лежит на столе ладонью вниз, другая ладонью вверх. Происходить смена положения рук.)

«Две обезьянки».

(способ организации – сидя за столом)

Жили-были две веселые обезьянки (Упражнение «ухо-нос». Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот). Обезьянки очень любили кончить рожицы (Оттянуть уши вперед, затем назад,

медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз). И показывать языки друг другу язык (Упражнение «язык». Вытянуть язык, спрятать его).Однажды они увидели на высокой пальме ((Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны), большой и спелый кокос (Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести).Обезьянки наперегонки побежали к пальме (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).

Они стали смотреть на пальму, какая она высокая (Упражнение для глаз «Вверх-вниз»). Затем обезьянки полезли на пальму (Руки поставить перед лицом, ладонями от себя. Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук). Они сорвали большой и спелый кокос (Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести). Обезьянки очень обрадовались и и затанцевали (Руками встряхнуть. Кисти обеих рук расслаблены, пальцы вниз).

Два котенка.

(способ организации – сидя за столом)

Жил-был на свете котенок, он был белый и пушистый и звали его Снежок (дети показывают правый кулачок).Он очень любил прогуливаться по своему саду (упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»).В саду росли высокие деревья (руки вверх, развести пальцы в стороны) и низкие кустарники (кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны).

И вот однажды, Снежок вышел из своего дома, прогуляться (выполнение упражнения «Кошка» правой рукой со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка») и увидел, что на полянке бегает черный котенок (выполнение упр. «Кошка» левой рукой со словами).Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться (выполнение упр. «Кошка» в быстром темпе).

Котенка звали Уголек. Они подружились и стали бегать друг за другом, наперегонки (выполнение упр. «Кошка» с одновременной сменой позиции).

И тут Снежок нашел на траве колечко (упр. «Колечко»: поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими, со словами: «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»), он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико.

Тогда Уголек стал его примерять (Упр. «Колечко»).И тут колечко упало и покатилося по тропинке – котята за ним(упр. «Кошка»).И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно одной.Котята решили ее развеселить и показали ей интересную игру (упр. «Ладушки-оладушки»:правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»). Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала, что темнеет, приближается ночь и ей пора в пруд (упр. «Лягушка»:

смена трех положений руки кулак-ребро-ладонь, со словами: «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»).

Котята попрощались с ней и тоже отправились домой (упр. «Кошка»).

По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звезды (упр. «Звездочки»: правая ладонь пальцы в кулак, левая – пальцы в стороны – смена позиций).

Вот они и дошли до дома (упр. «Домик»: руки направлены вверх, большой, указательный и средний пальцы каждой руки прижаты к ладоням, основания ладоней и кончики безымянных пальцев соприкасаются). Уставшие они улеглись на коврик (вытянуть пальцы из кулачка) и уснули.

Яблонька.

(способ организации – стоя)

Однажды одно маленькое семечко от яблоньки попало в землю (Сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками.) Семечко поливал дождик, пригревало солнышко и оно стало расти и превращаться в маленькую яблоньку (Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь). К яблоньке часто прилетал её дружок – ветерок и играл с ней (Руки вверх, развести пальцы в стороны, покачаться из стороны – в сторону). Стала яблонька большой и выросли на ней вкусные яблочки. Пришли к яблоньке дети. (“Перекрестное марширование”. Шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге).

И стали рвать сочные и румяные яблочки (Посмотреть вверх, потянитесь правой рукой как можно выше, подняться на цыпочки и сделайте резкий вдох, «срывать» яблоко. Нагнуться и «положить яблоко» в небольшую «корзину», стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. То же самое двумя руками). Дети сказали яблоньке спасибо (Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, наклонить голову вперед и медленно раскачивать ей из стороны в сторону). И пошли домой (“Перекрестное марширование”. Шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений).

«В гости к бабушке»

В гости бабушка позвала

Внуков очень поджидала (ладони на щеках, качаем головой)

По дорожке пять внучат

В гости к бабушке спешат (пальцы «шагают» по коленям или по столу)
Топ-топ, (ладони хлопают по коленям или по столу)

Прыг-прыг, (кулачки стучат по коленям или по столу)
Чики-брики, (ладони хлопают поочередно по коленям или по полу)
Чики-брик. (кулачки стучат поочередно по коленям или по столу)
Стоит дерево высокое, (руки вытянуты вверх, пальцы рук сжимаем-разжимаем)

Дальше - озеро глубокое. (волнообразные движения кистями)

Птицы песенки поют (ладони перекрестно — «птица»)
Зернышки везде клюют (ладони перед собой, поочередно сжимаем и разжимаем кулак)

Внуки к бабушке идут и гостинцы ей несут («Кулак – ребро – ладонь»)

Показался дом вдали, («крыша»)

Мы к нему так долго шли ((пальцы «шагают» по коленям или по столу)
Бабушка нам очень рада

Для неё внучки - награда (хлопаем в ладоши).
Мы немножко погостим (руки «здороваются»)
И обратно побежим (пальцы «бегут» по коленям или по столу)

Топ-топ, (ладони хлопают по коленям или по столу)

Прыг-прыг, (кулачки стучат по коленям или по столу)
Чики-брики, (ладони хлопают поочередно по коленям или по полу)
Чики-брик. (кулачки стучат поочередно по коленям или по столу)

Лесной домик.

Стоял с лесу домик (Упражнение «дом». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга, большие пальцы отведены в сторону и тоже соприкасаются). Бежал мимо ёжик (Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой). Увидел он чудесный домик, и обошел вокруг него 3 раза (Упражнение «кулак-ребро-ладонь»), зашел в него и стал в нем жить. Бежала мимо лягушка-квакушка (Упражнение «лягушка». Одна рука сжата в кулак, другая ладонь выпрямлена и лежит на столе. Происходит смена положения рук.) Увидела она домик, очень он ей понравился, попросилась она у ёжика ((Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой) тоже в домике пожить. Пустил ежик лягушку в домик и стали они жить там вдвоем. Весело было им жить пекли они оладушки и играли в ладушки ((упр. «Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»). Каждый день им светило ласковое солнышко (Руки вверх, одна рука сжата в кулак, пальцы другой руки расставлены в стороны, происходит смена положения рук), вокруг порхали красивые бабочки (Руки перед собой, перекрестить ладони, помахать ими как крыльями бабочки), а деревья шелестели своими листиками на ветру (руки вверх, развести пальцы в стороны). Однажды они услышали, как кто –

то плачет. Ёжик и лягушка выглянули в окошко, и увидели маленького котенка (Рука сжата в кулак, лежит на столе), они позвали котенка и он подбежал к ним (Упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»). Котенок рассказал, что потерялся и не знает, что ему делать. Лягушка и ёжик, пригласили котенка жить к себе в дом (Упражнение «дом». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга, большие пальцы отведены в сторону и тоже соприкасаются). Котенок с радостью забежал в чудесный домик (Упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка») и стал жить вместе с лягушкой ((Упражнение «лягушка». Одна рука сжата в кулак, другая ладонь выпрямлена и лежит на столе. Происходит смена положения рук) и ёжиком (Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой).