

ЛОГОРИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

Логоритмическая гимнастика – одна из форм активного отдыха для снятия напряжения после продолжительной работы в положении сидя. Логоритмическая гимнастика выполняется под музыку, чтение стихотворения или пение детей и педагога. Логоритмические упражнения объединяются в комплексы общеразвивающих упражнений, в которых задействованы все группы мышц.

В логоритмическую гимнастику необходимо включать разнообразные дыхательные упражнения, элементы ритмической гимнастики игровые упражнения имитационного характера («змея», «киска сердится», «собачка ласковая», «собачка злая», «аист», лошадки»).

ВОРОНА

Вот под елочкой зеленой	Дети бегают вокруг «елки» и кричат: «кар-кар!»
Скачут весело вороны. Целый день они летали	Дети бегают по залу, машут руками, оббегают различные препятствия.
И добычу добывали.	Повороты туловища и головы в левую и правую стороны.
Только к ночи умолкают	Дети садятся на корточки и делают наклоны головой вперед, назад и в стороны.
И все вместе засыпают.	Дети сидят на корточках и тихо повторяют: «Кар-кар-кар».

ЛОШАДКИ

Эй, лошадки все за мной, Поспешим на водопой.	Дети делают подскоки, Изображая лошадок.
Вот широкая река, В ней холодная вода, Пейте!	Плавно разводят руки в стороны и наклоняются вперед.
Хорошая водица. Постучим копытцем.	Поочередно притопывают то правой, то левой ногой

Эй, лошадки все за мной, И поскачем, все домой.	Дети прыгают произвольно по всему залу, произнося «и-го-го».
--	--

ЛИСТОЧКИ

Ветер северный подул –	Сидя на стульях, подуть на пальцы.
«С-с-с», – все листья	Произнести звук «с-с».
С липы сдул ...	
Полетели, закружились И на землю опустились.	Ладони обеих рук зигзагами плавно опустить на колени.
Дождик стал по ним стучать: «Кап-кап-кап, кап-кап-кап!»	Постучать пальцами по бедрам.
Град по ним заколотил, Листья все насквозь пробил.	Постучать кулачками по бедрам.
Снег потом припорошил	Плавные движения кистями вперед обратной стороной ладони и назад ладонью.
Одеялом их накрыл.	Ладони крепко прижаты к коленям.

ДЯТЕЛ

Дятел дерево долбит,	Дети ударяют кулачком о кулачек и произносят «д-д-д...».
----------------------	--

На весь лес он стучит.	
------------------------	--

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

Пальчиковые игры помогают развивать у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление.

Указательный палец шепчет тихонько: «Эх-эх-эх! А вдруг пойдет снег?»	Пальцы сжаты в кулачок. Сгибать и разгибать указательный палец
Средний палец ворчит: «Ох-ох-ох! От ветра я оглох!»	Сгибать и разгибать средний палец.
Безымянный палец кричит: «Ай-ай-ай! Солнце, вылезай!»	Сгибать и разгибать безымянный палец.
Здоровяк большой палец восклицает: «Ах-ах-ах!»	Сгибать и разгибать большой палец.

<p>Жаль, я не в сапогах! Ух-ух-ух!</p> <p>Дайте мне козух!»</p>	
---	--

Это упражнение можно выполнять сначала правой, а потом левой рукой.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ СРЕДНЕГО ПАЛЬЦА

<p>Мы сгибаем средний палец.</p> <p>Ах, какой чудесный палец!</p> <p>Раз-два, раз-два,</p> <p>раз-два-три —</p> <p>Как он пляшет, посмотри.</p>	<p>Дети кладут правую руку на стол ладонью вверх, сгибают и разгибают средний палец.</p>
---	--

Упражнение повторить несколько раз.

Затем то же самое проделать левой рукой.

<p>Средний палец выгнул спину —</p> <p>Как он гнется хорошо!</p>	<p>Дети сжимают правую руку в кулак. Вытягивают средний палец.</p>
<p>Средний палец самый длинный,</p> <p>Только все же небольшой.</p>	<p>Сгибают его и разгибают.</p>

Упражнение повторить несколько раз.

Затем то же самое проделывают левой рукой.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА

Палец очень удивлялся, Как он главным оказался?	Дети сжимают правую руку в кулак, Вытягивают большой палец вверх
Мы-то знаем хорошо — Потому что он большой!	Сгибают и разгибают большой палец.

Упражнение повторить несколько раз.

Затем то же самое проделывают левой рукой.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ БЕЗЫМЯННОГО ПАЛЬЦА

Руку мы на стол положим, Повернем ладонью вверх. Безымянный палец тоже Хочет быть не хуже всех.	Дети кладут правую руку на стол ладонью вверх, сгибают и разгибают безымянный палец.
--	--

Упражнение повторить несколько раз.

Затем то же самое проделывают левой рукой.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ МИЗИНЦА

Пальчик наш привык к порядку, Утром делает зарядку: Раз наклон и два наклон —	Дети кладут правую руку на стол ладонью вверх, сгибают и разгибают.
--	---

Вот как ловко скачет он.	
--------------------------	--

Упражнение повторить несколько раз.

Затем то же самое проделывают левой рукой.