РЕЧЬ С ДВИЖЕНИЯМИ

|  |
| --- |
| **Занимательная разминка**  Друг за другом мы идем,  Дружно песенку поем. Ждут вас на лесной опушке Птички, бабочки, зверюшки, Паучок на паутине, И кузнечик на травинке!   Мышка, мышка, Серое пальтишко. Мышка тихо идет,  В норку зернышко несет.  (Мягкий, пружинный шаг, "лапки" перед грудью).   А за мышкой шел медведь, Да как начал он реветь: "У-У! У-у! Я вразвалочку иду!"  (Ноги слегка расставлены, колени чуть согнуты, корпус прямой. Пружинный шаг на всей ступне)   А веселые зайчата- Длинноухие ребята- Прыг да скок, прыг да скок, Через поле за лесок.  (Легкие прыжки)   Шел по лесу серый волк, Серый волк - зубами щелк! Он крадется за кустами,  Грозно щелкает зубами!  (Широкий пружинный шаг с чуть наклоненным вперед корпусом)   Вот лягушка по дорожке Скачет, вытянувши ножки. По болоту скок-скок-скок, Под мосток- и молчок.  (Ноги ставятся на ширину плеч, выполняются прыжки с продвижением вперед)   Ой ты, дедушка- ежок, Не ходи на бережок! Там промочишь ножки, Теплые сапожки!  (Легкий неторопливый бег на носках)   - Стоп, друзья, здесь остановка, потанцуем сейчас ловко! (Ритмический танец.)  **Зарядка**  Мы ногами топ, топ Мы руками хлоп, хлоп Мы глазами миг, миг Мы плечами чик, чик Раз сюда, два сюда  ( Повороты туловища вправо и влево) Повернись вокруг себя. Раз присели, два привстали Сели, встали, сели, встали Словно ванькой-встанькой стали, А потом пустились вскачь. ( Бег по кругу) будто мой упругий мяч Раз, два, раз, два  ( Упражнение на восстановление дыхания) Вот и кончилась игра.  **Зарядка**  Солнце глянуло в окошко, Раз, два, три, четыре, пять. Все мы делаем зарядку, Надо нам присесть и встать. Руки вытянуть пошире, Наклониться, три - четыре И на месте поскакать – пять  **Разминка**  Все движения разминки повторяем без запинки! Эй! Попрыгали на месте. Эх! Руками машем вместе. Эхе - хе! Прогнули спинки,  Посмотрели на ботинки. Эге – ге! Нагнулись ниже Наклонились к полу ближе. Повертись на месте ловко. В этом нам нужна сноровка. Что, понравилось, дружок? Завтра будет вновь урок!  **Веселые упражнения**  (Выполняем подражательные движения в соответствии с текстом.)  Головами покиваем,  Носиками помотаем,  А зубами постучим,  И немножко помолчим.  (Прижимаем указательные пальцы к губам.)  Плечиками мы покрутим,  И про ручки не забудем.  Пальчиками потрясём,  И немножко отдохнём.  (Наклонившись вниз, качаем расслабленными руками.)  Мы ногами поболтаем,  И чуть-чуть поприседаем,  Ножку ножкой подобьём,  И сначала всё начнём.  (Подпрыгиваем на месте в ритме текста.  Далее темп ускоряется.)  Головами покиваем,  ...   Плечиками мы покрутим,  ...  **Зарядка в лесу**  «Лиса»  Лисонька - лиса бежала, Хвостик в лапочках держала, Чтобы хвост не замочить, В лужицу не уронить.   «Белка»  Белка спрячется в дупле, Не найти ее нигде. (Наклоны вправо и влево, прыжки на месте.)   «Зайка»  Зайка серый быстро скачет, Словно мячик, словно мячик. (Кисти согнуты перед грудью, прыжки с продвижением вперед.)   «Лягушки»  Лягушки - квакушки совсем не спешат, А учат они топать веселых лягушат. (Руки согнуты в локтях, пальцы раздвинуты. Шаги на месте с высоким подниманием коленей.)    Я хожу, хожу, хожу, Я на месте не сижу. Я бегу, бегу, бегу, Я без движенья не могу. |

**Гимнастика в стихах (речь с движениями)**