**Картотека пальчиковой, артикуляционной и дыхательной гимнастики на учебный год.**

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | ***Артикуляционная гимнастика*** | |
| **Мебель**  Мебель я начну считать:  Кресло, стол, диван, кровать,  Полка, тумбочка, буфет,  Шкаф, комод и табурет.  Много мебели назвал -  Десять пальчиков зажал! | | Пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки.  Поднимают зажатые кулачки вверх. | **Чашечка**  Язычка загнем края,  Делай так же, как и я.  Язычок лежит широкий  И, как чашечка, глубокий.  *Учимся делать упражнение «Чашечка».*  *Широко открываем рот, кладем широкий язык на нижнюю губу, загибаем края языка «чашечкой» и медленно поднимаем ее за верхние зубы. Затем предлагаем ребенку опустить язычок, закрыть рот, расслабиться, сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.* | **Маятник**  Язык, как маятник часов,  Качаться вновь и вновь готов.  Котенок улыбается,  Он, как и ты, старается.  *Учимся делать упражнение «Маятник».*  *Открываем рот, растягиваем губы в улыбку, вытягиваем язык, напрягаем его, касаемся острым кончиком языка то левого, то правого уголков губ. Следим, чтобы язык двигался по воздуху, а не по нижней губе, чтобы не качалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.* |
| **Посуда**  Девочка Иринка порядок наводила.  Девочка Иринка кукле говорила:  «Салфетки должны быть в салфетнице,  Масло должно быть в масленке,  Хлебушек должен быть в хлебнице, А соль? Ну, конечно, в солонке!» | Показывают большой палец.  Поочередно соединяют  большой палец с остальными. | |
| **Портняжки**  Привет, Николка!  Бери скорей иголку.  Будем шить Кате  Новое платье. | Руки сжаты в кулачки. На каждое слово поочередно разжимают пальцы, начиная с мизинца левой руки. | |
| ***Дыхательная гимнастика***  **«Аромат цветов».**  Встать, положить ладони себе на грудь. Сделать медленный вдох через нос, стараясь не поднимать плечи. Задержать дыхание и медленно выдохнуть, произнося: «А-а-ах!».  Повторить 3-4 раза. | |

***Октябрь***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«ДОЖДИК»**  Раз, два, три, четыре, пять,  Вышел дождик погулять.  Шел неспешно, по привычке,  А куда ему спешить?  Вдруг читает на табличке:  «По газону не ходить!»  Дождь вздохнул тихонько:  — Ох!  И ушел.  Газон засох. | *Удары по столу пальчиками.(Левая начинает с мизинца, правая —с большого пальца.)*  *Беспорядочные удары по столу пальчиками обеих рук.)*  *«Шагают» средним и указательным пальчиками обеих рук по столу.*  *Ритмично ударяют то ладонями, то* *кулачками по столу.*  *(Часто и ритмично бьют в ладоши.)*  *(Один хлопок.)*  *(Ритмичные хлопки по столу.)* | | **«Овощи»**  Жил на свете бегемот,  Широко открывши рот,                                    *открывать широко рот*  Он ходил в свой огород,  Улыбался во весь рот.                                      «*Улыбочка»*   Брал лопатку в руки                                        *«Лопаточка»*  И копал без скуки,  Вверх – вниз, вверх- вниз                                *«Качели»*  Наклонялся наш малыш.   Вот зелёный удалец –                                      *«Трубочка»*  Это вкусный огурец,  Здесь не рыжая плутовка,  Это тонкая морковка.                                      *Втянуть щёки*   Здесь пузатый кабачок                               *щёки надуть*  Солнцу показал бочок.  Вот здесь горьки лук, чеснок,                     *плевательные движения*  Съесть он их уже не смог.   Надо овощи сажать,  Чтоб здоровым, сильным стать.                  *«Язычок силач»*  *"Трубочка"*  *с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты).*  *"Язычок силач"*  *губы в улыбке, рот открыт, кончик языка упирается в нижние зубы;*  *выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы с силой.*  *"Качели"*  *улыбнуться, открыть рот - кончик языка поместить за верхние зубы,*  *за нижние зубы.* |
| **«ОВОЩИ»**  Хозяйка однажды с базара пришла,  Хозяйка с базара домой принесла  Картошку, капусту, морковку, горох, петрушку и свеклу.  Ох!..  Вот овощи спор завели на столе —  Кто лучше, вкусней и нужней на земле,  Картошка? Капуста? Морковка?  Горох? Петрушка иль свекла?  Ох!  Хозяйка тем временем ножик взяла  И ножиком этим крошить начала  Картошку, Капусту, Морковку,  Горох, Петрушку и свеклу.  Ох!  Накрытые крышкой, в душном горшке  Кипели, кипели в крутом кипятке  Картошка, Капуста, Морковка,  Горох, Петрушка и свекла.  Ох!  И суп овощной оказался не плох! | | *(«Шагают» пальчиками по столу.)*  *(Загибают по одному паль­чику.)*  *(Хлопок.)*  *(Попеременные удары кулачками и ладонями.)*  *(Загибают пальчики.)*  *(Хлопок.)*  *(Стучат ребром ладони по столу.)*  *Загибают по одному паль­чику.)*  *(Хлопок.)*  *(Ладони складывают крест-накрест на столе.)*  *(Загибают по одному пальчику.)*  *(Хлопок.)*  *(Показывают большой палец.)* |
| ***Дыхательная гимнастика***  **«Дыхание»**  Подыши одной ноздрей,  И придет к тебе покой.  И.п. – о.с.  1 – правую ноздрю закрыть указательным пальцем пр. руки, левой ноздрей делать тихий, продолжительный вдох;  2 – как только вдох окончен, открыть пр. ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем лев. руки. Через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх |

***Ноябрь***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«ДОМИК»**  Под грибом - шалашик-домик,  Там живет веселый гномик.  Мы тихонько постучим,  В колокольчик позвоним.  Двери нам откроет гномик,  Станет звать в шалашик-домик.  В домике дощатый пол,  А на нем - дубовый стол.  Рядом - стул с высокой спинкой  На столе - тарелка с вилкой.  И блины горой стоят –  Угощенье для ребят. | | *(Ладони шалашиком)*  *(Постучать кулаком одной руки о ладонь другой руки)*  *(«Звоним в колокольчик»)*  *(Ладони ребром прижаты друг к другу)*  *(Показываем стол)*  *(Показываем стул)*  *(Ладонь левой руки направлена*  *вверх (тарелка), правая рука (вилка): ладонь направлена вниз, четыре пальца выпрямлены и слегка разведены в стороны, а большой прижат к ладони)* | **«МАШИНА»**  Класс! Машину я веду("Улыбка")  На электрическом ходу.("Трубочка")  Батарейки, проводочки -("Иголка")  Так и скачет через кочки.("Бульдог + Обезьяна")  Рад машине несказанно,("Улыбка")  Не расстался с ней и в ванной.("Парус")  Кабы знать мне, что вода  Очень вредная среда.  От езды такой подводной(Надуть щёки)  Стала вдруг совсем негодной,("Лопатка")  И теперь обречена  На ручной режим она.  Е. Стеквашова  *«УЛЫБКА». Удердивать губы в улябке, зубы при этом не видны.*  *«ТРУБОЧКА». Вытянуть губы вперед длинной трубочкой.*  *«ИГОЛОЧКА». Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.*  *«БУЛЬДОГ». Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд.*  *«ОБЕЗЬЯНКА». Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении не менее 5 секунд.*  *«ПАРУС». Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.*  *«ЛОПАТОЧКА». Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.* |
| **«ДОМ»**  Я хочу построить дом,  Чтоб окошко было в нём,  Чтоб у дома дверь была,  Рядом чтоб сосна росла,  Чтоб вокруг забор стоял,  Пёс ворота охранял.  Солнце было,  Дождик шёл,  И тюльпан в саду расцвёл. | *(Руки над головой "домиком")*  *(Руки перед глазами "окошко»)*  *(Ладони повёрнуты к себе, сомкнуты)*  *(Пальцы растопырены, руки тянем вверх)*  *(Руки перед собой кольцом)*  *(Одна рука "пёс")*  *(Скрестить кисти рук, пальцы растопырены)*  *("Стряхивающие" движения)*  *(Пальцы-лепестки смотрят вверх)* | |
| ***Дыхательная гимнастика***  **«РЕГУЛИРОВЩИК»**  Верный путь он нам покажет,  Повороты все укажет.  И.п. – ноги на ширине плеч.  1 – правая рука вверх, левая рука в сторону (вдох через нос);  2 – левая рука вверх, правая рука в сторону (выдох с произнесением звука «р-р-р») | | |

***Декабрь***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«НА ЁЛКЕ»**  Мы на елке веселились,  И плясали, и резвились,  После добрый Дед Мороз  Нам подарки преподнес.  Дал большущие пакеты,  В них же — вкусные предметы:  Конфеты в бумажках синих,  Орешки рядом с ними,  Груша, Яблоко, один  Золотистый мандарин. | | | *(Ритмичные хлопки в ладоши.)*  *(Ритмичные удары кулачками.)*  *(Дети «шагают» средним и указательным пальцами обеих рук по столу.)*  *(«Рисуют» руками большой круг.)*  *(Делают ритмичные хлопки.)*  *(Загибают на обеих руках пальчики, начиная с большого.)* | **«Зима»**  Утром заинька проснулся,  Потянулся                                            *(язык тянуть вверх)*,  улыбнулся                                            *(«Улыбка»)*  Про зарядку не забыл,                       *(«Качели»)*  Окна широко открыл.                         *(открыть рот)*   Посмотрел он за окно  На земле белым-бело  Вьюга воет и метёт                             *(языком по губам водить)*  Ёлкам песенки поёт.                           *(на выдохе У-У-У)*   Зайка чашечку достал                      *(«Чашечка»)*  Чай с вареньем выпивал.                    *(«Вкусное варенье»)*  И во двор собрался быстро  Всё лопаткой чистил чисто.              *(«Лопаточка»)*   А потом он шёл гулять,  Всех животных навещать.  Там в берлоге много храпу,  Мишка спит, сосёт он лапу.              *(втягивать и отпускать щёки)*   Дятел по стволу стучит,                    *(«Дятел»)*  А в дупле бельчонок спит.            *(«Лопаточка»)*  Навестил своих друзей  И домой бежит скорей.  *«Улыбка». Удердивать губы в улябке, зубы при этом не видны.*  *«Качели».Улыбнуться, открыть рот - кончик языка поместить за верхние зубы, за нижние зубы.*  *«Чашечка».Улыбнуться, широко открыть рот, высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т.е. слегка приподнять кончик языка).*  *«Вкусное варенье». Улыбнуться, открыть рот широким языком в форме "чашечки", облизать верхнюю губу.*  *«Лопаточка». Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.*  *«Дятел». Улыбнуться, открыть рот кончик языка за верхними зубами - "дэ-дэ-дэ...".* |
| **«ЗИМА»**  Пришла зима,  Принесла мороз.  Пришла зима,  Замерзает нос.  Снег,  Сугробы,  Гололед.  Все на улицу — вперед!  Теплые штаны наденем, шапку, шубу, валенки.  Руки в варежках согреем  И завяжем шарфики.  Зимний месяц называй! Декабрь, Январь, Февраль. | трем ладошки друг о друга  пальцами массажируем плечи, предплечья  трем ладошки друг о друга  ладошкой массажируем кончик носа  плавные движения ладонями  кулаки стучат по коленям попеременно  ладони шоркают по коленям разнонаправлено  одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте, кулак (меняем)  ладонями проводим по ногам  ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами  круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони  ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи  ладони стучат по коленям  кулак, ребро, ладонь | | |
| ***Дыхательная гимнастика*** | | | |
| **«ЗИМА»**  "Греем наши ручки"  "Проверяем кончик носа"  "Сделаем носик тоненьким" "Примазываем ушки, чтоб не отклеились"  "Сдуем снежинку с ладони" | | Соединить ладони и потереть ими до нагрева  Слегка подергать кончик носа  Указательными пальцами массировать ноздри  Растирать за ушами сверху вниз указательными пальцами  Вдох через нос, выдох через рот | |

***Январь***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«КОТЯТА»**  У кошечки нашей есть десять котят,  Сейчас все котята по парам стоят:  Два толстых,  Два ловких.  Два длинных,  Два хитрых,  Два маленьких самых  И самых красивых. | | *(Ладошки складываем, пальцы прижимаем друг к другу)*  *(Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга от большого к мизинцу)* | **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЗАЙКИ»**  Жил на свете серый зайка  Всем кричал: «Со мной играй-ка»  Утром рано просыпался,  Чисто - чисто умывался.                    (*Язычком облизывать губы)*   Открывал на окнах шторку,            (*Открыть рот)*  Делал влажную уборку.                   (*Во рту водить языком)*  Про зарядку не забыл,                      (*«Качели»)*  Грызть морковку приступил.          (*Изобразить как грызут)*   В лес отправился скорей.  Встретил много там друзей.  У пруда сидит лягушка                   (*«Улыбка»)*  Села на язык ей мушка.   Вот устал колючий ёж,  Гриб нашёл, не унесёшь.               (*«Грибочек»)*  Вот хомяк спешит домой              (*Надуть щёки)*  Набил щёки он едой.   Вот олень с рогами,  Цок, цок, цок ногами.                   (*«Лошадка»)*  Он спешит, бежит рысцой.  И скорей, скорей домой.  Это друг любимый – мишка  Собирает в лесу шишки.  Ест малину, сладкий мёд  Зайку в гости он завёт.    (*Жевательные движения, облизывать губы)*  Зайка наш домой идёт,  Дома чай из чашки пьёт.             (*«Чашечка»)*  Окна двери закрывает,                (О*ткрытый рот закрыть)*  И в кроватке засыпает.                 (*«Лопаточка»)*  *«Качели».Улыбнуться, открыть рот - кончик языка поместить за верхние зубы, за нижние зубы.*  *«Улыбка». Удердивать губы в улябке, зубы при этом не видны.*  *«Грибочек». Улыбнуться поцокать языком, будто едешь на лошадке.*  *«Лошадка». Вытянуть губы, приоткрыть рот, процокать "узким" языком (как цокают копытами лошадки).*  *«Чашечка».Улыбнуться, широко открыть рот, высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т.е. слегка приподнять кончик языка).*  *присосать широкий язык к нёбу.*  *«Лопаточка». Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.* |
| **«ПИРОГ»**  Падал снег на порог.  Кот слепил себе пирог.  А пока лепил и пек,  Ручейком пирог утек.  Пирожки себе пеки  Не из снега — из муки. | *(Дети два раза медленно опускают ладони на стол.)*  *(Показывают, как лепят пирог)*  *(«Бегут» пальчиками обеих рук по столу)*  *(Опять показывают, как пекут пирог)* | |
| ***Дыхательная гимнастика*** | | |
| **«ВЕТЕР»**  Сильный ветер вдруг подул,  Слезки с ваших щек сдул.  И.п. – о.с. сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.  1 – сделать полный вдох, впячивая живот и ребра грудной клетки;  2 – задержать дыхание на 3-4 сек;  3 – сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. | | |

***Февраль***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«ТРАНСПОРТ»**  Будем пальчики сгибать -  Будем транспорт называть:  Автомобиль и вертолет,  Трамвай, метро и самолет.  Пять пальцев мы в кулак зажали,  Пять видов транспорта назвали. | | *(Сжимают и разжимают пальчики)*  *(Поочередно разжимают пальчики, начиная с мизинца)*  *(Сжимают пальцы в кулачок, начиная с большого)* | **«ЗАБОРЧИК»** Зубы ровно мы смыкаем, И заборчик получаем, А сейчас раздвинем губы – Посчитаем наши зубы.  **«ГОРКА»**  Вот так горка, что за чудо! Выгнулся язык упруго. Кончик в зубы упирается, Бока к верху устремляются.  (Кончик языка находится за нижними зубами, спинка языка поднята) |
| **«ПОСЧИТАЕМ»**  Раз, два, три, четыре, пять -  Буду транспорт я считать.  Автобус, лодка и мопед,  Мотоцикл, велосипед,  Автомобиль и самолет,  Корабль, поезд, вертолет. | *(Сжимают и разжимают пальчики)*  *(Поочередно сжимают пальчики обеих рук в кулачки, начиная с мизинца левой руки)* | |
| **«КНИГИ»**  Много книжек есть на свете,  Читать их очень любят дети.  Если книги мы прочтем,  То узнаем обо всем:  Про моря и океаны,  Удивительные страны.  Про животных прочитаем  И про космос мы узнаем. | *(Ладошки соединяют вместе «книжкой». Раскрывают и закрывают «книгу»)*  *(Поочередно соединяют одноименные пальцы обеих рук, начиная с мизинцев)* | | ***Дыхательная гимнастика*** |
| **«Дом маленький, дом большой».**  Дети стоят. Присесть, обхватив руками колени, опустить голову – выдох с произнесением звука «ш-ш-ш» («у зайки дом маленький»). Выпрямиться, встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки – вдох («у медведя дом большой»). Ходьба по залу: «Мишка наш пошёл домой, да и крошка заинька».  Повторить 4-6 раз:  У медведя дом большой,  А у зайки – маленький.  Мишка наш пошёл домой  Да и крошка заинька ( Е Антоновой-Чалой ). |
| **«НАША АРМИЯ»**  Аты-баты, аты-баты!  На парад идут солдаты!  Вот идут танкисты,  Потом артиллеристы,  А потом пехота -  Рота за ротой! | *(Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки)* | |

***Март***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«ЦВЕТЫ»**  Наши алые цветки распускают лепестки. Ветерок чуть дышит,  Лепестки колышет. Наши алые цветки закрывают лепестки,  Головой качают,  Тихо засыпают | | *(Медленно разгибать пальцы из кулаков.)*  *(Покачивать кистями рук вправо-влево, медленно сжимать пальцы в кулаки.)*  *(Покачивать кулаки вперед-назад.)* | **«ГАРМОШКА».**  На гармошке я играю, рот пошире открываю.  К нёбу язычок прижму, ниже челюсть отведу.  Сделать «Грибок», рот открывать и закрывать, не отрывая язык. |
| **«ЦВЕТОК ПРОСНУЛСЯ»**  Утром рано он закрыт,  но к полудню ближе  Раскрывает лепестки,  красоту их вижу.  К вечеру цветок опять закрывает венчик.  И теперь он будет спать,  До утра как птенчик. | ***(****Кисти рук –бутоны, соединены у основания рук.)*  *(Плавно распускаются.)*  *(Закрываются затем под щеку.)*  *(Имитация сна.)* | | ***Дыхательная гимнастика***  **«ЦВЕТЫ»**  Дети стоят по кругу. Педагог читает им стихи:                    Каждый бутончик склониться бы рад                    Направо, налево, вперёд и назад.                    От ветра и зноя бутончики эти                    Спрятались живо в цветочном букете  ( Е. Антоновой-Чалой).  По команде педагога дети ритмично под чтение стиха поворачивают голову («бутончики») направо, налево, наклоняют её вперёд, отводят назад, чередуя вдох и выдох. При чтении последней строки стиха дети поднимают руки вверх, склоняя кисти над головой: «бутончики» (головы) спрятались.  Упражнение повторить 6-8 раз. |
| **«МАМИНЫ ПОМОЩНИКИ»**  Раз, два, три, четыре,  Мы посуду перемыли:  Чайник, чашку, ковшик, ложку  И большую поварешку.  Мы посуду перемыли.  Только чашку мы разбили,  Ковшик тоже развалился.  Нос у чайника отбился.  Ложку мы чуть-чуть сломали.  Пока маме помогали. | *(Попеременно ритмично ударяют ку­лачок об кулачок и хлопают в ладоши.)*  *(Одна ладонь скользит по другой.)*  *(Загибают пальчики, по одному, на каждое название посуды.)*  *(Одна ладонь скользит по другой.)*  *(Загибают пальчики.)* | |

***Апрель***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«ЛУНОХОД»**  Посмотрите, луноход  По Луне легко идет.  Он шагает очень важно,  В нем сидит герой отважный. | *(Дети ставят на стол подушечки пальцев обеих рук, переносят на руки часть веса, а затем как бы шагают по очереди правой и левой рукой. Повторяют четверостишие несколько раз.)* | **«СКАЗКА О ВЕСЕЛОМ ЯЗЫЧКЕ»**  Жил – был Весёлый Язычок в своём домике. Догадайся, что это за домик:  В домике этом красные двери,  Рядом с дверями белые звери.  Любят зверюшки конфеты и плюшки.  Догадались? Этот домик – рот. Двери в домике, то открываются, то закрываются *(рот закрыт, открыт)*. Непоседливый Язычок не сидит на месте. Он часто выбегает из домика *(высунуть язык)*. Вот он вышел погреться на солнышке, отдохнуть на крылечке *(язык «лопаточкой» на нижней губе)*. Подул лёгкий ветерок, Язычок поёжился *(язык «стрелочкой»)*, спрятался в домик и закрыл за собой дверь *(язычок убрать, рот закрыть)*. А на дворе солнце спряталось за тучки и забарабанил по крыше дождь *(языком стучим в зубы, произносим «д – д – д – д»)*. Язычок не скучал дома, напоил котёнка молоком. Он лакал молочко *(водим языком по верхней губу сверху вниз, рот открыт)*, потом котёнок облизнулся *(облизать верхнюю и нижнюю губки справа налево, слева направо)* и сладко зевнул *(рот широко открыт).* Язычок посмотрел на часы, они тикали: «тик – так» *(рот открыт, губы в улыбке, кончиком язычка дотрагиваемся до уголков рта).* Котёнок свернулся клубочком. «Пора и мне спать», - подумал Язычок. |
| **«КОСМОНАВТЫ»**  Космонавтом хочешь стать? Сильным быть и ловким? Нужно обладать сноровкой. Научитесь понемножку поиграть в быстрые ладошки.  Надо пару подобрать да лицом друг к другу встать.  Если чистые ладошки значит, можно начинать.  Важно строго по порядку все быстрее, без оглядки. Так в ладошки ударять! | *( Дети встают парами, кладут ладошки на ладошки друг другу, ударяют по ладошкам, кто сверху, затем меняются.)* |
| ***Дыхательная гимнастика***  **«ВОЗДУШНЫЙ ШАР ПОДНИМАЕТСЯ ВВЕРХ»**  Ты, как шарик, полети,  Сверху землю огляди.  И.п. – о.с.: одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и на плечах.  1 – поднять плечи и ключицы (вдох);  2 – опустить плечи и ключицы (выдох).  **«ВЕТЕР»**  Сильный ветер вдруг подул,  Слезки с ваших щек сдул.  И.п. – о.с. сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.  1 – сделать полный вдох, впячивая живот и ребра грудной клетки;  2 – задержать дыхание на 3-4 сек;  3 – сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. |
| **«ПОСЕВ ПШЕНИЦЫ»**  Будем сеять мы пшеницу  В землю зернышки бросать.  И не пустим мы синицу  Наши всходы пеклевать.  Кыш-кыш. | *(Пальцами делать движения - крошим крошки, пальцы в щепоть - синица, наклонять кисть клюет, махать руками –кыш-кыш.)* |

***Май***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Пальчиковая гимнастика*** | | ***Артикуляционная гимнастика*** |
| **«ВЕСЕЛАЯ ВСТРЕЧА»**  Здравствуй, котенок!  Здравствуй, козленок!  Здравствуй, щенок!  И здравствуй, утенок!  Здравствуй, веселый, смешной  поросенок! | *(Разгибают пальцы, начиная с мизинца, пошевеливают каждым пальцем, приветствуя животных.)* | **«ХОБОТОК».** Сомкнутые губы вытянуть вперед.  **«ШМЕЛЬ».** Рот открыть. Язык в виде чашечки поднять вверх, боковые края прижать к коренным зубам. Передний край должен быть свободен. Посередине языка пустить воздушную струю, подключить голос, произнося с силой: «дзззз», «джжж».  **«КОМАРИК КУСАЕТ».** Узкий язык максимально выдвигать вперёд и убирать вглубь рта.  **«БАБОЧКА ЛЕТАЕТ ВОКРУГ ЦВЕТКА».** Приоткрыть рот и облизать губы языком по кругу по часовой и против часовой стрелки.  **«КУЗНЕЧИК».** Широко открыть рот, улыбнуться. Кончиком узкого языка попеременно касаться основания (бугорков) то верхних, то нижних зубов.  **«ПЧЕЛА».** Улыбнуться, открыть широко рот, поднять язык вверх к бугоркам (альвеолам). Пытаться произнести «джжж», но не отрывисто, а протяжно, в течение 10-15 секунд. |
| **«КАКИЕ БЫВАЮТ РЫБЫ?»**  Мы в подводном мире, друг,  Рыбы плавают вокруг:  Рыба-меч, рыба-молот  и рыба-пила,  Рыба-удильщик и рыба-игла. | *(Выполняют движения руками, как будто плывут.)*  *(Делают поочередные волнообразные движения то правой, то левой ладошкой.)*  *(Поочередно сгибают пальцы, начиная с мизинца.)* |
| ***Дыхательная гимнастика***  **«КРЫЛЬЯ»**  Крылья вместо рук у нас,  Так летим – мы высший класс.  И.п. – ноги слегка расставлены.  1 – руки через стороны поднять вверх (вдох);  2 – опустить руки вниз, произнося «вниз» (выдох).  **«ПЧЕЛЫ»**  Мы представим, что мы пчелы,  Мы ведь в небе – новоселы.  И.п. – ноги слегка расставлены.  1 – развести руки в стороны (вдох);  2 – опустить руки вниз со звуком «з-з-з» (выдох). |
| **«НАСЕКОМЫЕ»**  Дружно пальчики считаем -  Насекомых называем.  Бабочка, кузнечик, муха,  Это жук с зеленым брюхом.  Это кто же тут звенит?  Ой, сюда комар летит!  Прячьтесь! | *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  *(Поочередно сгибают пальцы в кулачок, начиная с большого.)*  *(Вращают мизинцем.)*  *(Прячут руки за спину.)* |