

Тремарева Л.Н.

Картотека пальчиковой, артикуляционной и дыхательной гимнастики для детей 5-6 лет на 2021/2022 учебный год.

Сентябрь

Пальчиковая гимнастика	Артикуляционная гимнастика
<p>Мебель Мебель я начну считать: Кресло, стол, диван, кровать, Полка, тумбочка, буфет, Шкаф, комод и табурет. Много мебели назвал - Десять пальчиков зажал!</p>	<p>Чашечка Язычка загнем края, Делай так же, как и я. Язычок лежит широкий И, как чашечка, глубокий. <i>Учимся делать упражнение «Чашечка».</i> <i>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.</i></p>
<p>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!»</p>	<p>Маятник Язык, как маятник часов, Качаться вновь и вновь готов. Котенок улыбается, Он, как и ты, старается. <i>Учимся делать упражнение «Маятник».</i> <i>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.</i></p>

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****«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»

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!

*(«Шагают» пальчиками по
столу.)*
*(Загибают по одному паль-
чику.)*
(Хлопок.)
*(Попеременные удары
кулачками и ладонями.)*
(Загибают пальчики.)
(Хлопок.)

Артикуляционная гимнастика**«Овощи»**

Жил на свете бегемот,
Широко открывши рот,
Он ходил в свой огород,
Улыбался во весь рот.
Брал лопатку в руки
И копал без скуки,
Вверх – вниз, вверх- вниз
Наклонялся наш малыш.
Вот зелёный удалец –
Это вкусный огурец,
Здесь не рыжая плутовка,
Это тонкая морковка.
Здесь пузатый кабачок
Солнцу показал бочок.
Вот здесь горьки лук, чеснок,
Съесть он их уже не смог.
Надо овощи сажать,
Чтоб здоровым, сильным стать.
"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.*

*открывать широко рот**«Улыбочка»**«Лопаточка»**«Качели»**«Трубочка»**Втянуть щёки**щёки надуть**плевательные движения**«Язычок силач»*

<p>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!</p>	<p><i>(Стучат ребром ладони по столу.)</i> <i>Загибают по одному пальчику.)</i> <i>(Хлопок.)</i> <i>(Ладони складывают крест-накрест на столе.)</i> <i>(Загибают по одному пальчику.)</i> <i>(Хлопок.)</i> <i>(Показывают большой палец.)</i></p>	<p style="text-align: right;"><i>Дыхательная гимнастика</i></p> <p>«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</p>
---	---	---

Ноябрь

Пальчиковая гимнастика

Артикуляционная гимнастика

«ДОМИК»

Под грибом - шалашик-домик, *(Ладони шалашиком)*
Там живет веселый гномик. *(Постучать кулаком одной руки о ладонь*
другой руки)
Мы тихонько постучим, *(«Звоним в колокольчик»)*
В колокольчик позвоним.
Двери нам откроет гномик,
Станет звать в шалашик-домик.
В домике дощатый пол, *(Ладони ребром прижаты друг к другу)*
А на нем - дубовый стол. *(Показываем стол)*
Рядом - стул с высокой *(Показываем стул)*
спинкой
На столе - тарелка с вилкой. *(Ладонь левой руки направлена*
И блины горой стоят – *вверх (тарелка), правая рука (вилка):*
Угощение для ребят. *ладонь направлена вниз, четыре пальца*
выпрямлены и слегка разведены в
стороны, а большой прижат к ладони)

«ДОМ»

Я хочу построить дом, *(Руки над головой "домиком")*
Чтоб окошко было в нём, *(Руки перед глазами "окошко»)*
Чтоб у дома дверь была, *(Ладони повернуты к себе, сомкнуты)*
Рядом чтоб сосна росла, *(Пальцы растопырены, руки тянем вверх)*
Чтоб вокруг забор стоял, *(Руки перед собой кольцом)*
Пёс ворота охранял. *(Одна рука "пёс")*
Солнце было, *(Скрестить кисти рук, пальцы растопырены)*
Дождик шёл, *(«Стряхивающие» движения)*
И тюльпан в саду расцвёл. *(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»)

«МАШИНА»

Класс! Машину я веду("Улыбка")
На электрическом ходу.("Трубочка")
Батарейки, проводочки -("Иголлка")
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(Надуты щёки)
Стала вдруг совсем негодной,("Лопатка")
И теперь обречена
На ручной режим она.

Е. Стеквашова

«УЛЫБКА». Удерживать 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.

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»

Пришла зима,
Принесла мороз.
Пришла зима,
Замерзает нос.
Снег,
Сугробы,
Гололед.
Все на улицу — вперед!

трём ладошки друг о друга
пальцами массируем плечи, предплечья
трём ладошки друг о друга
ладошкой массируем 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)

Теплые штаны наденем,
шапку, шубу, валенки.
Руки в варежках согреем

ладонями проводим по ногам
ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами
круговые движения ладонями одной руки вокруг другой
ладони

И завяжем шарфики.
Зимний месяц называй!
Декабрь, Январь,
Февраль.

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

«Зима»

Утром зайчика проснулся,
Потянулся
улыбнулся
Про зарядку не забыл,
Окна широко открыл.

(язык тянуть вверх),
(«Улыбка»)
(«Качели»)
(открыть рот)

Посмотрел он за окно
На земле белым-бело
Вьюга воет и метёт
Ёлкам песенки поёт.

(языком по губам водить)
(на выдохе У-У-У)

Зайка чашечку достал
Чай с вареньем выпивал.
И во двор собрался быстро
Всё лопаткой чистил чисто.

(«Чашечка»)
(«Вкусное варенье»)

А потом он шёл гулять,
Всех животных навещать.
Там в берлоге много храпу,
Мишка спит, сосёт он лапу.
Дятел по стволу стучит,
А в дупле бельчонок спит.

(втягивать и отпускать щёки)
(«Дятел»)
(«Лопаточка»)

Навестил своих друзей
И домой бежит скорей.

«Улыбка». Удерживать 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...".

Пальчиковая 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.

*(Ладони складываем, пальцы прижимаем друг к другу)
(Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга от большого к мизинцу)*

«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.

Артикуляционная гимнастика

«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЗАЙКИ»

Жил на свете серый зайка
Всем кричал: «Со мной играй-ка»
Утром рано просыпался,
Чисто - чисто умывался.
Открывал на окнах шторку,
Делал влажную уборку.
Про зарядку не забыл,
Грызть морковку приступил.
В лес отправился скорей.
Встретил много там друзей.
У пруда сидит лягушка
Села на язык ей мушка.
Вот устал колючий ёж,
Гриб нашёл, не унесёшь.
Вот хомяк спешит домой
Набил щёки он едой.
Вот олень с рогами,
Цок, цок, цок ногами.
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.
Зайка наш домой идёт,
Дома чай из чашки пьёт.
Окна двери закрывает,
И в кровати засыпает.

*(Язычком облизывать губы)
(Открыть рот)
(Во рту водить языком)
(«Качели»)
(Изобразить как грызут)
(«Улыбка»)
(«Грибочек»)
(Надуть щёки)
(«Лошадка»)
(Жевательные движения, облизывать губы)
(«Чашечка»)
(Открытый рот закрыть)
(«Лопаточка»)*

«Качели». Улыбнуться, открыть рот - кончик языка поместить за верхние зубы, за нижние зубы.

«Улыбка». Удерживать губы в улыбке, зубы при этом не видны.

«Грибочек». Улыбнуться поцокать языком, будто едешь на лошадке.

«Лошадка». Вытянуть губы, приоткрыть рот, процокаль "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.

Февраль

Пальчиковая 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)*

«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.

*(Ладони соединяют вместе
«книжкой». Раскрывают и
закрывают «книгу»)*

*(Поочередно соединяют
одноименные пальцы обеих рук,
начиная с мизинцев)*

«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)*

Артикуляционная гимнастика

«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 кверху устремляются.
(Кончик языка находится за нижними зубами, спинка языка поднята)

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 зайка».
Повторить 4-6 раз:

У медведя дом большой,
А у зайки – маленький.
Мишка наш пошёл домой
Да и крошка зайка (Е Антоновой-Чалой).

Март

Пальчиковая 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.)

«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.)

«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 отбил.
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.)

Артикуляционная гимнастика

«ГАРМОШКА».

На гармошке я играю, рот пошире открываю.
К нёбу язычок прижму, ниже челюсть отведу.

Сделать «Грибок», рот открывать и закрывать, не отрывая язык.

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.

Апрель

Пальчиковая 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.)

«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.)

«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.)

Артикуляционная гимнастика

«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.

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, втягивая живот и ребра грудной клетки;

2 – задержать дыхание на 3-4 сек;

3 – сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

Май

Пальчиковая 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.)*

«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 ладонью.)
(Поочередно сгибают пальцы,
начиная с мизинца.)*

«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.)*

Артикуляционная гимнастика

«**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 вперед 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.

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).