

## **Речь и движение**

Ваш ребёнок подрастает, и упражнения по развитию речи и координации движений необходимо включать в ежедневные занятия. Выполняя упражнения под стихотворный текст, ребёнок развивает произвольное внимание и память. Кроме того, движения и стихи к ним позволят Вам проводить яркую «физкультминутку» в любой момент, как только заметите, что внимание ребёнка становится рассеянным и ему надо взбодриться. Выучите вместе упражнения со словами и проведите несколько минут радости и здоровья.

### **1. «Птички»**

Прилетели птички, птички – невелички,

Всё летали, всё летали, крыльями махали.

На дорожку прилетали, зёрнышки клевали.

**Лёгкий бег на носках, выполняя махи руками в чередовании с приседаниями.**

### **2. «Кузнечики»**

Поднимайте плечики, прыгайте кузнечики.

Травушку покушайте, тишину послушайте.

Снова прыгайте легко, высоко, высоко!

**Поднимать и опускать плечи, легко прыгать на носках, приседать, прислушиваться и снова прыгать.**

### **3. «Кот»**

Вот идёт чёрный кот, тихо песенку поёт.

Спинку выгибает, мышек поджидает.

**Ползание с опорой на кисти и колени, «по - кошачьи» сгибать и прогибать спину.**

#### **4. «Часики»**

Тик-так, тик-так – все часы идут вот так:

Налево – раз, направо – раз,

Тик-так, тик-так.

**Наклоны туловища вправо-влево, руки на поясе.**

#### **5. «Солдатик»**

На одной ноге постой-ка, будто ты солдатик стойкий.

Ну, смелее подними, да гляди не упади.

**Стоять на одной ноге, руки на поясе. Повторить на левой ноге. Кто дольше?**

#### **6. «Зайка»**

Вышли дети на лужок, заглянули под кусток,

Увидали зайчика, поманили пальчиком:

«Зайка, зайка, попляши, твои лапки хороши!»

**Любые плясовые движения под музыку.**

#### **7. «Жук»**

Под листочком жук проснулся, потянулся и встряхнулся,

Брюшко, нос, глаза, усы вымыл капелькой росы.

**Лёжа на спине, потянуться, встряхнуть поочерёдно руки и ноги. Погладить живот, нос, поморгать глазами, «нарисовать усики» и улыбнуться.**

**Здоровья Вам и радости!**