

Материал для работы с детьми

по теме недели: «Здравствуй лето! Изменения в живой и неживой природе»

Дыхательная гимнастика:

1.«Дерево на ветру»

Исходное положение: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.

2.«Надуй шарик»

Исходное положение: ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух» - ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

Физминутка:

1.«Цапля ходит по воде»

движения по тексту, (длительность 1 мин.)

Цапля ходит по воде

Чтоб найти еду в водице,

И мечтает о еде

Надо цапле наклониться.

Ноги выше поднимай

Ну-ка тоже наклонись,

Ты, как цапля, не зевай!

До носочка дотянись.

Закаливание:

Водные процедуры - обливание рук прохладной водой до локтя.

Влажное обтирание полотенцем (лицо, шею, уши)

Длительность исходя из индивидуальных особенностей детей.