КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ
НА АПРЕЛЬ МЕСЯЦ

УПРАЖНЕНИЯ

И.п. — сесть на ковер, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади.
1 – 4 – круговой поворот головой вправо;
1 – 4 – круговой поворот головой влево.
И.п. — сесть на ковер, ноги прямые, руки опущены.
1 – наклониться вперед, стараясь коснуться руками пальцев ног;
2 – и.п.;
3 – 4 – аналогично.
И.п. — сесть на ковер, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади.
1 – поднять правую ногу, носок тянуть вверх;
2 – и.п.
3 – аналогично поднять левую ногу;
4 – и.п.
И.п. — лечь на спину, прямые руки за голову.
1 – перекатиться на живот;
2 – и.п.;
3 – 4 – аналогично.

1. Малоподвижная игра «Как живешь?»

Цель: развивать у ребенка умения правильно описывать движения и проговаривать одновременно, мыслительные навыки, координацию движения.

Родитель задает вопросы, ребенок показывает (выполняет действия). Во время игры можно включить негромкую музыку.

Как живешь? Вот так!
Показать большие пальцы обе их рук, направленные вверх.
Как идешь? — Вот так!
Маршировать.
Как бежишь? — Вот так?
Бег на месте.
Ночью спишь? — Вот так!
Ладони соединить и положить на них голову (щекой)
Как берешь? — Вот так!
Прижать ладонь к себе.
А даешь? — Вот так!

Выставить ладошку вперед.

Как шалишь? — Вот так!

Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним.

Как грозишь? — Вот так!

Погрозить пальцем вперед, или друг другу.

3. Малоподвижная игра (пальчиковая гимнастика)

«Цветки»

Наши алые цветки - *руки возле груди, ладони соединены*
Распускают лепестки - *раскрывают ладони*
Ветерок чуть дышит – *волнообразные движения руками*
Лепестки колышет – *волнообразные движения руками*
Наши алые цветки - *руки возле груди, ладони соединены*
Закрывают лепестки - *закрывают ладони*
Тихо засыпают – *присаживаются на корточки*
Головками качают – *легкие покачивания головой вправо-влево.*

4.Малоподвижная игра «Бросай, лови, цвет назови»

Цель: Учить подбирать описательное прилагательное к слову.

Родители бросают мяч ребенку и называют предмет, ребенок бросает мяч обратно, называя, какого он цвета, как его использовать.

Упражнять в броске и ловле мяча двумя руками, не прижимая его к груди.