ТЕМАТИЧЕСКАЯ НЕДЕЛЯ "КОСМОС"

Физическое развитие

Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения «Заботливое солнышко»

Солнце с неба посылает (*Дети ритмично скрещивают руки над головой. плавно покачивают руками вверху*.)
Лучик, лучик, лучик.
И им смело разгоняет
Тучи, тучи, тучи.
Летом нежно согревает
Щечки, щечки, щечки. (*Ритмично потирают щеки.)*
А весной на носик ставит
Точки-точки-точки. (*Ритмично постукивают пальцем по носу.)*
Золотят веснушки деток.
Очень нравится им это! (*Ритмично постукивают руками по плечам.)*

Пальчиковая гимнастика «Космонавт»

В звёздном небе звёзды светят
(*показываем звёзды, пальчики переплетаются)*
Космонавт летит в ракете
(изображаем полёт ракеты: руки вверху соединить)
День летит, ночь летит *(загибаем пальцы)*
И на землю вниз глядит *(изображаем иллюминатор)*

Физминутка «Полет»

А сейчас мы с вами, дети, *(маршировать)*
Улетаем на ракете. *(потянуться, подняв руки над головой)*
На носки поднимись, *(подняться на носки, руки сомкнуть над головой)*
А теперь руки вниз. (*опустить руки вниз)*
Раз, два, три, потянись (*потянуться)*
Вот летит ракета ввысь. *(кружиться на месте)*

Психогимнастика «Солнце и тучка»

Вдох
За тучку солнышко зашло, *(съежиться, обнимая себя за плечи)*
Стало зябко и темно (*выдох)*
Солнце вышло из-за тучки, *(расправить плечи)*
Мы теперь погреем ручки. (*задержать дыхание, выдох, расслабиться)*

Этюд на выразительность жестов «Я не знаю!»

Незнайку о чем-то спрашивают, а он только пожимает плечами да разводит руками: «Не знаю», «Не имею понятия», «Ничего не видел». Выразительные движения: брови приподняты, уголки рта опущены, плечи на миг приподнимаются, руки слегка разведены, ладони раскрыты.

Пальчиковая гимнастика «Космический отряд»

Раз, два, три, четыре, пять -	*По одному загибают пальчики на обеих руках.*
В космос полетел отряд.	*Соединяют ладошки вместе, поднимают руки вверх.*
Командир в бинокль глядит, Что он видит впереди?	*Пальца обеих рук соединяются с большими, образуя «бинокль».*
Солнце, планеты, спутники, кометы,	*Загибают пальчики обеих рук*

Большую желтую луну.

<u>Психомышечная тренировка «Солнышко и тучка»</u>
(на напряжение и расслабление мышц туловища).
Солнце зашло за тучку, стало свежо сжаться в комок, чтобы согреться. Солнце вышло из-за тучки, стало жарко расслабиться, потому что разморило на солнце. Повторить 2-3 раза.