**Лексическая тема «Детский сад»**

**Физминутка**

Мы хлопаем в ладоши, хлоп, хлоп

Мы топаем ногами, топ, топ

Качаем головой

Мы руки поднимаем, мы руки опускаем

Мы низко приседаем и прямо мы встаем

Руки вниз, на бочок.

Разжимаем- в кулачок

Руки вверх и в кулачок

Разжимаем на бочок

На носочки поднимайся

Приседай и выпрямляйся

**Пальчиковая гимнастика**

**Игрушки**

На большом диване в ряд *(Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками.)*Куклы Катины сидят:  
Два медведя, Буратино, (Загибают поочередно все пальчики.)  
И веселый Чиполлино,  
И котенок, и слоненок.  
Раз, два, три, четыре, пять, (Разгибают поочередно пальчики.)  
Помогаем нашей Кате (*Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками.)*  
Мы игрушки сосчитать.

**Дыхательная гимнастика**

**«Маятник»**

Сидя на полу, скрестив ноги, руки на поясе. Раскачивать туловище вправо – влево – вдох; на выдохе произносить «Тик – так!» Повторить 3 –4 раза

**«Красивая игрушка»**

Ноги на ширине плеч, руки опущены. Подняться на носки, руки поднять в стороны, вверх – вдох; опуститься, руки опустить вниз, на выдохе произнести «Ах!». Повторить 3 –4 раза

**«Игрушки пляшут»**

Ноги на ширине плеч, руки опущены. Подняться на носки, руки поднять в стороны, вверх – вдох; опуститься, руки опустить вниз, на выдохе произнести «Ох!». Повторить 3 –4 раз.

**Лексическая тема «Игрушки»**

**Физминутка**

**Буратино**

Буратино потянулся,

Раз нагнулся, два нагнулся,

Руки в стороны развел, —

Ключик, видно, не нашел.

Чтобы ключик тот достать,

Надо на носочки встать.

**Пальчиковая гимнастика**

**Игрушки**

Я с игрушками играю: *(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)*

Мячик я тебе бросаю,  *(Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)*

Пирамидку собираю,   (*Прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз.)*

Грузовик везде катаю. *(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем   машинку».)*

**Дыхательная гимнастика**

**«Трубач»**

Ребёнок подносит к лицу сжатые кулачки, располагая их друг перед другом – «труба». На выдохе медленно дует в «трубу», произнося «Ду-ду-ду»

**«Летят мячи»**

Ноги на ширине плеч, руки с мячом у груди. Вдох; на выдохе бросить мяч от груди вперёд (имитировать), произносить длительное «Ух!» Повторить 3 –4 раза

**«Вертушка»**

Ноги на ширине плеч, руки опущены. Поворот направо – вдох; поворот налево, свободно размахивать руками, на выдохе произносить «Фрр!» Повторить 3 –4 раза

**«Послушный мяч»**

Ноги вместе, в руках мяч. На вдохе подбрасывать мяч вверх (имитировать), на выдохе поймать мяч и произнести «Оп!» Повторить 3 –4 раза

**Лексическая тема «Овощи»**

**Физминутка**

**ОГОРОД**

В огород пойдем, (*шаги на месте*)

Урожай соберем.

Мы моркови натаскаем ( *«таскают»*)

И картошки накопаем. (*«копают»)*

Срежем мы кочан капусты, *(«срезают»)*

Круглый, сочный, очень вкусный, *(показывают круг руками три раза)*

Щавеля нарвем немножко (*«рвут»)*

И вернемся по дорожке. (*шаги на месте)*

**Пальчиковая гимнастика**

**Пальчиковая гимнастика «Репка».**

Тянут, тянут бабка с дедкой, (Дети вытягивают большие пальцы).

Из земли большую репку.(Указательные.)

К ним пришла тут внучка, (Средние.)

Подбежала Жучка, (Безымянные.)

Кошка тоже потянула. (Мизинцы.)

Хоть держалась крепко,(Берут репку.)

Вытянута репка! (Поднимают руки вместе с *репкой*.)

**Дыхательная гимнастика**

**Овощи-толстушки и овощи-худышки**

1. На вдохе втянуть щёки (овощи-худышки).
2. На выдохе надуть щёки (овощи-толстушки). Повторить 3-4 раза.

**Арбуз.** Ноги вместе, руки ниже рёбер.

1. Сделать вдох и надуть живот, как арбуз.
2. На выдохе живот втянуть. Повторить 3-4 раза.

**Капуста растёт.** Сидя на корточках.

1. Медленно подниматься (вдох).
2. На выдохе произносить : «ооох!». Повторить 3-4 раза.

**Лексическая тема «Фрукты»**

**Физминутка**

**«За малиной».**

За малиной в лес пойдем, в лес пойдем. (*дети водят хоровод, взявшись за руки)*

Спелых ягод наберем, наберем. (*идут по кругу, наклоняясь, как бы собирая ягоды*)

Солнышко высоко, (*встают лицом в круг, тянутся руками вверх)*

А в лесу тропинка. (*наклоняются и пытаются достать пол*)

Сладкая ты моя, *(идут по кругу, взявшись за руки)*

Ягодка-малинка.

**Пальчиковая гимнастика**

**Апельсин**  
Мы делили апельсин;  
Много нас, а он один.  
Эта долька — для ежа,  
Эта долька — для стрижа,  
Эта долька — для утят,  
Эта долька — для котят,  
Эта долька — для бобра,  
А для волка — кожура.(на каждую строчку сжимают пальцы рук в кулак, начиная загибать их с большого)  
Он сердит на нас, беда!!! (бросательное движение правой рукой)  
Разбегайтесь кто куда!!! (бегут пальцами по столу)

**Дыхательная гимнастика**

**«Сбор урожая»**

Ребёнок стоит прямо, поднимает руки вверх, чтобы достать яблоки с высокой ветки – вдох. Пауза в 3 секунды (ведь яблоки надо достать и сорвать). Опустить руки, наклониться вперёд и вниз – выдох (яблоки надо положить в корзину).

**Щёчки-яблочки**

1. Вдох ртом, задержать дыхание на 2-3 с., надуть обе щеки.
2. Спокойно выдохнуть. Повторить 3-4 раза.

**Спрячем абрикос за щёчку**

1. Вдох носом, задержать дыхание, надувать попеременно то правую, то левую щёку
2. 2. Спокойно выдохнуть. Повторить 3-4 раза.

**Лексическая тема «Овощи-фрукты»**

**Физминутка**

**ОГОРОД**

В огород пойдем, (*шаги на месте*)

Урожай соберем.

Мы моркови натаскаем ( *«таскают»*)

И картошки накопаем. (*«копают»)*

Срежем мы кочан капусты, *(«срезают»)*

Круглый, сочный, очень вкусный, *(показывают круг руками три раза)*

Щавеля нарвем немножко (*«рвут»)*

И вернемся по дорожке. (*шаги на месте)*

**Пальчиковая гимнастика**

**Апельсин**  
Мы делили апельсин;  
Много нас, а он один.  
Эта долька — для ежа,  
Эта долька — для стрижа,  
Эта долька — для утят,  
Эта долька — для котят,  
Эта долька — для бобра,  
А для волка — кожура.(на каждую строчку сжимают пальцы рук в кулак, начиная загибать их с большого)  
Он сердит на нас, беда!!! (бросательное движение правой рукой)  
Разбегайтесь кто куда!!! (бегут пальцами по столу)

**Дыхательная гимнастика**

**«Сбор урожая»**

Ребёнок стоит прямо, поднимает руки вверх, чтобы достать яблоки с высокой ветки – вдох. Пауза в 3 секунды (ведь яблоки надо достать и сорвать). Опустить руки, наклониться вперёд и вниз – выдох (яблоки надо положить в корзину).

**Щёчки-яблочки**

1. Вдох ртом, задержать дыхание на 2-3 с., надуть обе щеки.
2. Спокойно выдохнуть. Повторить 3-4 раза.

**Овощи-толстушки и овощи-худышки**

1. На вдохе втянуть щёки (овощи-худышки).
2. На выдохе надуть щёки (овощи-толстушки). Повторить 3-4 раза.

**Лексическая тема «Осень»**

**Физминутка**

***«Листочки».***

Мы листики осенние,

На ветках мы сидим.

Дунул ветер – полетели.

Мы летели, мы летели

И на землю тихо сели.

Ветер снова набежал

И листочки все поднял.

Закружились – полетели

И на землю тихо сели.

**Ветер**

Ветер дует нам в лицо. *(помахать руками на лицо)*

Закачалось деревцо. *(покачаться из стороны в сторону)*

Ветер тише, тише, тише. *(присесть, помахать руками вверх-вниз)*

Деревцо всё выше, выше. *(потянуться вверх)*

**Пальчиковая гимнастика**

**Вышел дождик на прогулку**

Вышел дождик на прогулку. *(Пальчики «шагают» по столу)*

Он бежит по переулку.

Барабанит по окошку, наругал большую кошку, *(Загибают по одному пальцу на обеих руках)*

Вымыл зонтики прохожих, крыши дождик вымыл тоже.

Сразу мокрым город стал. *(Трясут ладонями, как будто отряхивают с них воду)*

Дождик кончился, устал. *(Кладут ладони на стол)* (Нищева Н.В.)

**Дыхательная гимнастика**

**«Вдыхаем аромат леса»**

Вдох носом, пауза, под счёт «раз, два, три» выдох ртом.

**«Идём по лужам»**

Ходьба на месте – вдох; на выдохе произносить «Хлюп – хлюп – хлюп!»

Ходьба на месте – вдох; на выдохе произносить «Шлёп – шлёп – шлёп!»

Повторить 3 – 4 раза

**Лексическая тема «Перелётные птицы»**

**Физминутка**

***«Аист»***

Аист, аист длинноногий,

Покажи домой дорогу.

Аист отвечает:

Топай правою ногой,

Топай левою ногой

Снова – правою ногой,

Снова – левою ногой.

После – правою ногой,

После – левою ногой.

Вот тогда придешь домой.

**Пальчиковая гимнастика**

|  |  |
| --- | --- |
| **Перелетные птицы**  Птицы в небе тают, тают  Птицы к югу улетают.  Все растаяли вдали  Аист, цапли, журавли | *Машем руками*  *Ладонь «козырьком» ко лбу*  *Загибать по очереди мизинец, безымянный и средний пальцы* |

**Дыхательная гимнастика**

Дыхательная гимнастика: «Перышко» (дуем на перышки на выдохе произносим: «Пф-пф…)

**«Аист».**

Представим, что мы превратились в аиста, разгуливающего с важным видом по болоту.

Голова гордо поднята, спина - прямая. Руки-крылья вытянуты в стороны. На вдохе поднимаем «крылья» и од­ну ногу, сгибая ее в колене. Затем колено разгибаем, вытя­гиваем носок вперед. На выдохе медленно опускаем руки и ногу, делая шаг и произнося «ш-ш-ш...». Так же - с дру­гой ногой. Чередование вдох-выдох рекомендуется повто­рить 6-7 раз.

**«Гуси летят».**

Медленная ходьба по комнате. На вдох — руки поднять в стороны; на выдох — опустить, произнося длительное: «Г-у-у у». Продолжительность 60 секунд.

**Лексическая тема «Русские народные сказки»**

**Физминутка**

В темном лесу есть избушка. *(Дети шагают.)*  
Стоит задом наперед. (*Дети поворачиваются.)*  
В той избушке есть старушка. (*Грозят пальцем.)*  
Бабушка Яга живет. (*Грозят пальцем другой руки.)*  
Нос крючком, (*Показывают пальчиком.)*  
Глаза большие, (*Показывают.)*  
Словно угольки горят. (*Покачивают головой.)*  
Ух, сердитая какая! (*Бег на месте.)*  
Дыбом волосы стоят. (*Руки вверх.)*

**Пальчиковая гимнастика**

**Репка**  
Тянут, тянут бабка с дедкой (разгибают большие пальцы)  
Из земли большую репку. (разгибают указательные)  
К ним пришла тут внучка, (разгибают средние)  
Подбежала Жучка, (разгибают безымянные)  
Кошка тоже потянула. (разгибают мизинцы)  
Берут репку.  
Хоть держалась крепко —  
Вытянута репка! (поднимают руки вместе)

**Дыхательная гимнастика**

**Расту большой**

1 —поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки (вдох);

2 —опустить руки вниз, опуститься на всю ступню (выдох), выдыхая, произносить: «У-х-х-х!». Повторить 3—4 раза.

**Большой и маленький**

1 —на вдохе подняться на носки, тянуть руки вверх, зафиксировать на несколько секунд это положение («Какой я большой!»);

2 —на выдохе присесть, обхватив голени и прижав к коленям голову, произносить: «Э-э-э-х!» («Какой я маленький!»). Повторить

**Лексическая тема «Одежда. Обувь»**

**Физминутка**

В шапочках желтых мы стали цыплята, *Ребенок машет руками, как цыпленок крылышками.*

В шапочках белых мы стали зайчата, *Показывает заячьи ушки*

В шапочках красных мы стали грибочки, *Соединяет руки над головой.*

В шапочках черных – черника на кочках, *Присаживается на корточки.*

В шапочках синих дождинками стали *Встает, ставит руки на пояс.*

И по дорожкам легко поскакали. *Прыгает вперед на двух ногах.*

**Пальчиковая гимнастика**

*(Загибают по одному пальчику, начиная с больших, на обеих руках на каждое название обуви)*Как у нашей кошки  
На ногах сапожки.  
Как у нашей свинки  
На ногах ботинки.  
Как у пса на лапках  
Голубые тапки.  
А козленок маленький  
Надевает валенки.  
А сыночек Вовка —  
Новые кроссовки.  
Вот так. Вот так. (*Ритмично выполняют хлопки ладонями и удары кулачками)*

**Дыхательная гимнастика**

**«Сдуваем пылинки»**

Поворачивать голову прямо – вдох, вправо - выдох, произнося [пф]; прямо – вдох, влево – выдох, произносим [пф]. Повторить 3 раза.

**«Забыли рукавицы»**

Ребёнок вдыхает, делает паузу, затем при выдохе «греет пальцы», дует на них, длительно произнося [ш], [ф], [х].

**«Застёгиваем молнию на куртке»**

Правой рукой застёгивать куртку – вдох; на выдохе произносим «Вжик!» Повторить 3 – 4 раза

**Лексическая тема «Дом. Мебель»**

**Физминутка**

Раз - подняться, потянуться,

Два - нагнуться, разогнуться,

Три - в ладоши, три хлопка,

Головою три кивка.

На четыре - руки шире,

Пять - руками помахать,

Шесть - на место тихо сесть.

**Пальчиковая гимнастика**

**Мебельный магазин.**

Эту мебель мы купили  *Ребенок ритмично сжимает и разжимает пальцы рук.*

С папой вместе в магазине.

Это стул, на нем сидят. *Загибает или разгибает пальцы на руке, перечисляя мебель.*

Это стол, за ним едят.

На диване отдыхают,

Книги умные читают.

На кровати крепко спят.

Вещи все в шкафах хранят.

Эту мебель мы купили  *Произносит текст, ритмично сжимает и разжимает пальцы рук.*

С папой вместе в магазине.

**Дыхательная гимнастика**

**«Большой и маленький дома».**

И. п. – основная стойка; вдох – встать на носки, руки вверх, потянуться, посмотреть на руки; выдох – присесть, обхватив руками колени, опустить голову с произношением звука «ш-ш-ш»; пауза – ходьба по залу. Повторить 4–6 раз.

*У медведя дом большой,  
А у зайки маленький.  
Мишка наш пошёл домой,  
Да и крошка заинька.*

**Лексическая тема «Посуда»**

**Физминутка**

Я — чайник, *(Дети стоят, изогнув одну руку, как носик чайника, другую держат на поясе.)*  
ворчун, хлопотун, сумасброд,  
Я вам напоказ выставляю живот. (*Животик надут.)*  
Я чай кипячу, клокочу и кричу: *(Топают обеими ногами.)*«Эй, люди, я с вами попить чай хочу». *(Делают призывные движения правой рукой.)*

**Пальчиковая гимнастика**

### Помощники

Раз, два, три, четыре, *(Ритмичные удары кулачками и в ладоши попеременно.)*Мы посуду перемыли: (*Одна ладонь скользит по другой)*Чайник, чашку, ковшик, ложку  
И большую поварешку. *(Загибаем пальчики по одному на каждое название посуды.)*Мы посуду перемыли, *(Одна ладонь скользит по другой.)*  
Только чашку мы разбили,  
Ковшик тоже развалился,  
Нос у чайника отбился, (*Снова загибаем пальчики.)*Ложку мы чуть-чуть сломали.  
Так мы маме помогали. *(Ритмичные удары кулачками и в ладоши переменно.)*

**Дыхательная гимнастика**

**«Горячий чай»**

Ребёнок делает вдох носом, затем спокойно и плавно выдыхает ртом на руки, сложенные «чашечкой» у рта – «дует на горячий чай». Щёки не надувать.

**«Каша кипит»**

Поглаживать себя правой рукой по животу (вдох); на выдохе произносить [п – п - п]

**«Пьём сок через трубочку»**

Губы вытянуть вперёд трубочкой, втягивать воздух в себя на вдохе, затем выдохнуть

**«Кипит чайник»**

Слегка выпятить живот – вдох; на выдохе произносить «Пых – пых – пых!»

**Лексическая тема «Продукты»**

**Физминутка**

В магазин мы все ходили и продукты там купили: *(идут по кругу)*

Хлеба, мяса, молока, масла, рыбы, творога, (*взмах руками влево, вправо)*

Все к обеду припасли, *(прямо, широко разводят руки)*

Чуть до дома донесли. *(приседают)*

**Пальчиковая гимнастика**

Мышка зёрнышко нашла,

И на мельницу снесла.

Намолола там муки,

Испекла всем пирожки:

Мышонку – с капустой,

Мышонку – с картошкой,

Мышонку – с морковкой,

Мышонку – с морошкой.

Для большого толстячка –

Аж четыре пирожка:

С капустой, с картошкой, с морковкой, с морошкой.

**Дыхательная гимнастика**

**«Тесто»**

Подняться на носки, приподнять плечи – вдох; на выдохе произносить «Пых – пых – пых!» Повторить 3 – 4 раза.

**«Жарим пирожки»**

Сжать правую руку в кулак – вдох; переворачивать кулак вверх – вниз и произносить «Скр – скр – скр!» Повторить 3 – 4 раза.

**«Варим суп»**

«Мешать бульон» правой рукой – вдох; на выдохе произносить «Буль – буль – буль!» Повторить 3 – 4 раза.