

## Упражнения для физминуток по лексическим темам.

Физминутки положительно влияют на деятельность мозга, активизируя сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшая кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы. Они помогают переключить деятельность детей, снимают усталость. А тематические физминутки, так же способствуют закреплению темы занятия.

### Пальчиковая гимнастика для дошкольников

Огромную роль в развитии речи ребенка играет сформированность мелкой моторики. Не случайно в старину мудрые люди играли в пальчиковые потешки, а их мудрые дети донесли эти игры до наших дней. Значит, чувствовали полезность таких занятий, хотя понятия не имели, что много позже ученые обнаружат на коре головного мозга соседство речевой моторной зоны (центр Брока) и двигательной, которая отвечает за кисти рук, то есть еще наши предки, совершенствуя мелкую моторику, совершенствовали речь.

Развивая мелкую моторику и подготавливая руку к письму, не забывайте, что ручку, конечно, держат всего три пальца (большой, указательный и средний), но в упражнениях мы задействуем все пять каждой руки, увеличивая эффект развития тонкой моторики и влияние на речь.

В движениях чередуем сжатие, растяжение, расслабление, следим за распределением тонуса в кисти и пальцах.

Независимо от ведущей, доминантной руки ребенка, в работу должны быть включены обе руки. Связь руки с мозгом перекрестная: правая рука связана с левым полушарием, а левая рука - с правым. Речь - неизоллированная единица, мы воздействуем на всю территорию коры головного мозга: стимулируем как процессы мышления (левое полушарие), так и творческое, креативное начало (правое); распределяем энергию равномерно (уставшее возбужденное полушарие затормозит, незадействованное - проснется, активизируется).

Чем больше умеет рука, тем умнее ее обладатель.

## Физминутки с су-джоком

### СУ-ДЖОК-терапия для детей.



Приемы Су - Джок терапии используют с целью общего укрепления организма, в коррекционно - логопедической работе в качестве массажа при дизартрических расстройствах, для улучшения психоэмоционального состояния детей, для формирования чувства ритма, при тактильной стимуляции в определенном ритме и развитию мелкой моторики пальцев рук.

Массаж специальным шариком. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, ребенок массирует мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» эластичное кольцо, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж до появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла, в течение 1 минуты. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за работу головного мозга человека.

#### 1. Пальчиковая игра «Черепаша»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,

(дети катают Су Джок между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь,

(Су Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на Су Джок, перекладывая из руки в руку).

Никого я не боюсь

(дети катают Су Джок между ладоней).

## 2. Пальчиковая игра «Ёжик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик, ёжик, хитрый ёж, на клубочек ты похож.

(дети катают Су Джок между ладонями)

На спине иголки (массажные движения большого пальца)

очень-очень колкие. (массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал, (массажные движения среднего пальца)

нам колючки показал, (массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже (массажные движения мизинца)

на ежа похожи(дети катают Су Джок между ладонями).

## 3. Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- Мальчик-пальчик, Где ты был?

(надеваем кольцо Су Джок на большой палец)

- С этим братцем в лес ходил,

(надеваем кольцо Су Джок на указательный палец)

-С этим братцем щи варил,

(надеваем кольцо Су Джок на средний палец)

-С этим братцем кашу ел,

(надеваем кольцо Су Джок на безымянный палец)

-С этим братцем песни пел

(надеваем кольцо Су Джок на указательный палец).

## 4. Пальчиковая игра «Мячик»

Делают движения в соответствии с текстом.

Я мячом круги катаю

Между ладоней.

Взад - вперед его гоняю.

Смена рук.

Им поглажу я ладошку

Катают взад - вперед.

Будто я сметаю крошку.

Смена рук.

И сожму его немножко,

Сжимают.

Как сжимает лапу кошка.

Смена рук.

Каждым пальцем мяч прижму.

Нажимают пальцами на мяч.

И другой рукой начну.

Смена рук.

А теперь последний трюк :

Мяч летает между рук!

Перебрасывание мяча из руки в руку

## 5. Пальчиковая игра «Ежик»

Ежик, еж

Сжимают.

Ты где живишь?

Катают между ладоней

Отвечает детям еж:

Катают между ладоней

- Меня под елочкой найдешь.

Нажимают пальцами на мяч.

## *Тема «Игрушки»*

### *Пальчиковая гимнастика*

#### *Игрушки*

Мы с игрушками играем,  
Мы игрушки называем:  
Барабан, юла, гармошка,  
Робот, куколка, матрешка.

#### *Домик*

Дом стоит с трубой и крышей,  
На балкон гулять я вышел.  
Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).

#### *Дом и ворота*

*Имитируем все указанные в стихотворении движения*

На поляне дом стоит,  
Ну, а к дому путь закрыт.  
Мы ворота открываем,  
В этот домик приглашаем

#### *Физминутки.*

Импровизация движений. Дети маршируют в такт стихотворения А. Барто «Барабан».

Левой, правой! Левой, правой!  
На парад идет отряд.  
Барабанщик очень рад:  
Барабанит, барабанит  
Полтора часа подряд.  
Но назад идет отряд,  
Левой, правой! Левой, правой!  
Барабан уже дырявый!

*«Считалка под мяч».* На каждую строчку считалки — четыре удара мяча. |

Можно выставить на доске картинки.  
Раз, два, три, четыре,  
Мы считалочку учили:  
Петушок, флажок, матрешка,  
Барабан, юла, гармошка.

### *«Пирамидка»*

Вот большая пирамидка (потянуться вверх)  
И веселый мячик звонкий (прыжки на месте)  
Мягкий мишка косолапый (шаги на месте, на внешней стороне стопы)  
Все живут в большой коробке (показать большой квадрат)  
Но когда ложусь я спать (руки под щеку, закрыть глаза)  
Начинают все играть (изобразить любое движение)



## Тема «Осень. Деревья. Ягоды. Грибы»

### *Мимическая и артикуляционная моторика*

*Изобразить Раннюю Осень.*

У Ранней Осени легкая поступь, веселое лицо. Она радостная, щедрая, добрая, красивая. Изобразить Позднюю Осень. Поздняя Осень грустная, печальная, Зимой гонимая. Изобразить плачущую Осень.

Наше настроение. Показать, какое у вас настроение в яркий, солнечный осенний и в дождливый, хмурый осенний день.



Увидели гриб-сморчок. Сморщить лицо. Показать, как вы удивились, увидев огромный мухомор. Вытянуть лицо и раскрыть рот. Поднимать и опускать брови. При поднимании бровей глаза широко раскрываются, при опускании — почти закрываются.

Любуемся красивым нарядом Осени: «О-о-о, о-о-о, о-о-о!» Увидели большой гриб и удивились: «О-о-о-о-о!» Нашли червивый гриб, огорчились: «Ах-ах-ах!»

### *Упражнения для языка*

*Язычок в чащобе.*

Показать, как Язычок пролезает между густыми деревьями (зубами). Губы в улыбке. Медленно высовывать язык, покусывая его по всей поверхности.

*Пролезаем через бурелом.*

Губы в улыбке. «Широкий» язык с силой протискивается между зубами наружу так, что верхние резцы скоблят по спинке языка. Следы от зубов на языке - это тропинки в лесу.

*Мелькает белчий хвостик.*

Рот открыт, губы в улыбке. Поворачивать сильно высунутый изо рта язык вправо и влево так, чтобы его кончик касался уголков рта. Челюсти и губы при этом неподвижны.

*Почистим зубки.*

Белочка угостила нас орешками. Мы их съели, сейчас «почистим» зубки. «Почистить» языком сначала верхние, затем нижние зубки. После этого проделать языком круговые движения. Следить, чтобы челюсти не двигались, губы не раздвигались.

### *Пальчиковая гимнастика*

Выполнять действия и движения пальчиками в соответствии с содержанием стихотворения и потешки.

#### *Осень.*

Ветер северный подул:

«С-с-сс», все листья

С липы сдул...

(Пошевелить пальцами и подуть на них.)

Полетели, закружились

И на землю опустились.

Дождик стал по ним стучать:

«Кап-кап-кап, кап-кап-кап!»

(Постучать пальцами по столу.)

Град по ним заколотил,

Листья все насквозь пробил.

(Постучать кулаками по столу.)

Снег потом припорошил,  
назад.)

(Плавные движения кистями рук вперед -

Одеялом их накрыл.

(Ладони крепко прижать к столу.)

Е. Карельская

#### *Грибы.*

Раз, два, три, четыре, пять!

Мы идем грибы искать.

Этот пальчик в лес пошел,

Этот пальчик гриб нашел,

Этот пальчик чистить стал,

Этот пальчик жарить стал,

Этот пальчик все съел,

Оттого и потолстел.

#### *Ягоды.*

Выполнять действия в соответствии с содержанием стихотворений.

С веток ягоды снимаю

И в лукошко собираю.

Ягод — полное лукошко!

Я попробую немножко.

Я поем еще чуть-чуть —

Легче будет к дому путь.

Я поем еще малинки.

Сколько ягодок в корзинке?

Раз, два, три, четыре, пять...

Снова буду собирать.

И. Лопухина

Дети изображают дождь, отстукивая указательными пальцами по столу в такт стихотворения «Осень».

Дождь, дождь

Целый день  
Барабанит в стекла.  
Вся земля,  
Вся земля  
От воды размокла...  
Я. Аким

### *Физминутки.*

#### *Ветер и листья.*

Ветер по лесу летал, (Дети бегут по кругу на носочках и взмахивают руками.)  
ветер листики считал (Встают лицом в круг, загибают по одному пальцу на обеих руках на  
Вот дубовый, каждую строку.)  
Вот кленовый,  
Вот рябиновый резной,  
Вот с березки золотой.  
И последний лист с осинки  
ветер бросил на тропинку. (Опускают руки, приседают.)  
Ветер по лесу кружил,  
Ветер с листьями дружил. (Снова бегут по кругу на носочках и взмахивают руками.)  
Вот дубовый, (Встают лицом в круг, загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку.)  
Вот кленовый,  
Вот рябиновый резной,  
Вот с березки золотой.  
И последний лист с осинки  
ветер кружит над тропинкой. (Кружатся на носочках на месте.)  
К ночи ветер-ветерок (Приседают, опустив руки.)  
Рядом с листьями прилег.  
Вот дубовый, (Сидят лицом в круг и загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку.)  
Вот кленовый,  
Вот рябиновый резной,  
Вот с березки золотой.  
И последний лист с осинки  
тихо дремлет на тропинке. (Ложатся на спину, расслабляются, закрывают глаза.)  
Н. Нищева

#### *Дождик.*

К нам на длинной тонкой ножке Прыжки на одной ноге по кругу.  
Скачет дождик по дорожке. Прыжки на другой ноге.  
В лужице — смотри, смотри!  
— Он пускает пузыри. Показывают руками на воображаемые пузыри.

### *Осенние листья*

Загибаем пальцы по очереди, начиная с большого.

Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем листья собирать  
Листья березы,  
Листья рябины,  
Листики тополя,  
Листья осины,  
Листики дуба мы соберем,  
Маме осенний букет отнесем.

На поляне дуб зеленый  
Потянулся к небу кроной.  
Он на ветках среди леса  
Щедро желуди развесил.  
Ну а мы пройдем немного.  
Поднимаем выше ногу!  
Походили, порезвились  
И на травку опустились.  
Выросли деревья в поле.  
Хорошо расти на воле!  
Каждое старается к небу, к солнцу тянется.  
Вот подул веселый ветер,  
Закачались тут же ветки,  
Даже толстые стволы  
Наклонились до земли.  
Вправо-влево, взад-вперед –  
Так деревья ветер гнет.  
Он их вертит, он их крутит.  
Да когда же отдых будет?

### *По грибы.*

Мы шли, шли, шли, *Маршируют, руки на поясе.*  
Боровик нашли. *Наклонились, правой рукой коснулись носка левой ноги и наоборот*  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Мы идем искать опять. *Наклоны вперед, руки касаются носков.*

## Тема «Овощи»

### Мимические упражнения

*Чистим и едим лук.*  
От лука слезятся глаза.  
Он горький. Огородное  
пугало. Показать: вы  
испугались огородного  
пугала. Изобразить  
страшное пугало,  
чтобы все птицы вас  
испугались.



### Упражнения для жевательной - артикуляционных мышц

*Стручок фасоли.* Изобразить створки фасоли. Челюсти в спокойном состоянии (счет «раз», «два»). «Стручок лопнул» — движение нижней челюсти вперед (на счет «три»):

- а) без нажима языком на нижнюю челюсть;
- б) с сильным нажимом-подталкиванием языком нижней челюсти вперед.

### Упражнения для губ и щек

Пришли дети в огород, от удивления открыли рот, увидев огромную тыкву. Широко открыть рот (удерживать под счет до «пяти-шести»). Толстячки — худышки. Изобразить овощи на грядке. Арбузы, тыквы, кочаны капусты — «толстячки»; лук, чеснок, стручок гороха и другие — «худышки».

### Упражнения для языка

*Лопата.* «Надо выкопать картофель, приготовьте лопаты». Язык лежит на нижней губе в спокойном состоянии.

*Копаем картошку.*

Кончик языка поднимать и опускать, закрывая то верхнюю, то нижнюю губу.

*Кабачок, кабачок, покажи-ка свой бочок.*

Широко открыть рот, накрыть «широким» языком верхние зубы. Опустить язык за нижние зубы.

*Ровная дорожка (или грядка) в огороде.*

Широко открыть рот, опустить язык за нижние зубы.

### *Пальчиковая гимнастика*

Физминутка

«Капуста!»

Мы капусту рубим-рубим,  
(размашистые движения руками, как топором)

Мы капусту мнём-мнём,  
(«мнут капусту»)

Мы капусту солим-солим,  
(«берут» щепотку соли и «солят»)

Мы капусту жмём-жмём.  
(сгибание и разгибание кистей рук)

Самомассаж фаланг пальцев – поглаживание большим пальцем всех по очереди других пальцев по направлению от ногтевой фаланги к основанию пальца. Упражнение выполняется на двух руках.

Вырос у нас чесночок,	указательный
Перец, томат, кабачок,	средний
Тыква, капуста, картошка,	безымянный
Лук и немножко горошка,	мизинец
Овощи мы собирали,	сжимание и разжимание
Ими друзей угощали.пальцев на обеих руках.	

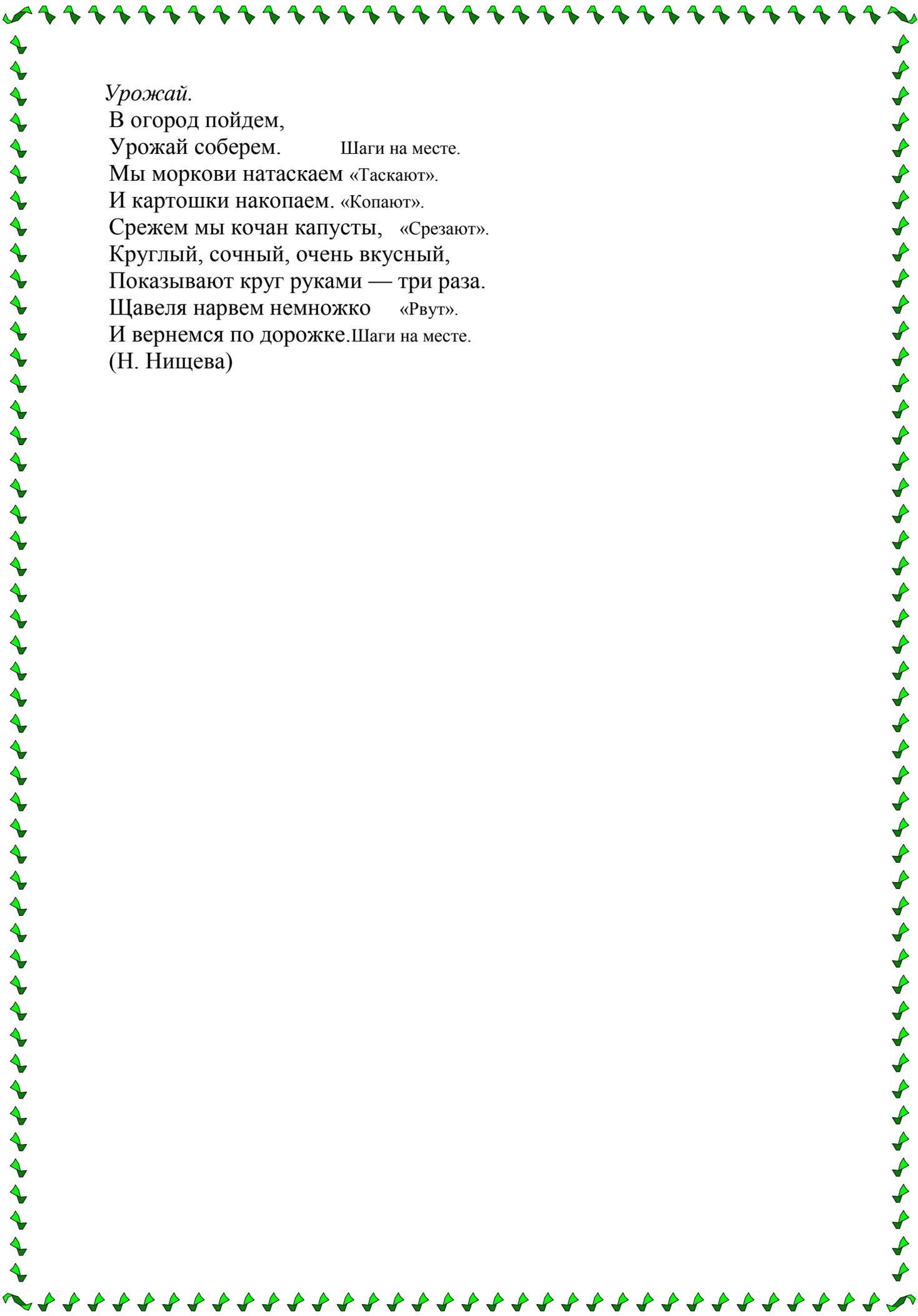
### *Физминутки*

Произвольные движения и имитация

Дети в огород идут,  
А там овощи растут,  
Дети спинки наклоняют,  
И горох они срывают.

### *Физминутка.*

Мы лопатки взяли, (дети имитируют действия огородников)  
Землю раскопали,  
Ее мы удобряли,  
Все вместе разрыхляли.  
Грабли в руки взяли,  
Грядки разровняли.  
Семена сажали,  
Из лейки поливали.  
Мы мотыгу взяли  
И сорняки убрали.  
Все под солнышком растет.  
Вырос, вырос огород!



*Урожай.*

В огород пойдем,

Урожай соберем. Шаги на месте.

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.

(Н. Нищева)

## Тема «Фрукты»

### Физминутка

На носочки я встаю,  
Яблочко я достаю,  
С яблочком бегу домой,  
Мамочке подарок мой!

### Мимические упражнения

Выразить удовольствие от  
приятного запаха  
земляничного варенья, запаха  
розы, аромата яблока.  
Сладкое яблоко.

Передать эмоциональное состояние: вы едите сладкое яблоко, сладкий  
виноград, кислый лимон, терпкую хурму или айву.

Выразить свое состояние в ситуациях: видите червяка в яблоке, червяк  
грызет яблоко. Яблоко свалилось нам на голову.



### Упражнения для языка

Язычок пролезает через щель в заборе в сад.

«Широкий» язык с силой протискивается между зубами.

Колья забора острые — вот такие.

Показать «острый» язык. По очереди высовывать то «широкий», то «узкий»  
язык.

Язык «лопаткой» положи

И спокойно поддержи.

Язык «колышком» потом

Потянем тонким острием.

Язычок-листок прикрыл яблочка бочок.

Поднять язык вверх и закрыть верхнюю губу. Опустить вниз и закрыть  
нижнюю губу. Качели. В саду мы увидели качели.

На качелях я качаюсь

Вверх — вниз, вверх — вниз.

Поднимаюсь, опускаюсь

Вверх — вниз, вверх — вниз.

Поднимать язык вверх и опускать вниз, высунув его изо рта.

Чашечка.

Сделать из языка «чашечку». «В Машину чашечку я налью апельсиновый  
сок, в Колину — яблочный, в Димино — сливовый. Какой сок налить тебе,  
Саша?»

### *Пальчиковая гимнастика*

Выполнять действия в соответствии с содержанием стихотворений.

Палец толстый и большой  
В сад за сливами пошел.  
Указательный с порога  
Указал ему дорогу.  
Средний пальчик — самый меткий:  
Он сбивает сливы с ветки.  
Безымянный поедает,  
А мизинчик-господинчик  
В землю косточки сажает.  
Поочередно загибать пальчики сначала правой, а затем левой руки.

### *Физкультминутки*

Садовник .  
Мы вчера в саду гуляли,  
Мы смородину сажали.  
Яблони белили мы  
Известью, белилами.

*Дети идут по кругу, взявшись за  
руки.  
Изображают, как копают яму и  
сажают в нее куст.  
Движение правой рукой вверх-вниз.*

Починили мы забор,  
Завели мы разговор:  
— Ты скажи, Садовник наш,  
Что ты нам  
В награду дашь?  
— Дам в награду  
Слив лиловых,  
Груш медовых,  
Самых крупных  
Спелых яблок,  
Вишен  
Целый килограмм.  
Вот что вам в награду дам!

*Имитируют удары молотком.  
Стоят лицом в круг. В центр  
выходит один ребенок.  
Ведут диалог.  
На каждое название фруктов  
загибают по одному пальцу  
на обеих руках, начиная с больших*

Г. Сатир

## Ежик и барабан

С барабаном ходит ежик,  
Бум-бум-бум!  
Целый день играет ежик,  
Бум-бум-бум!  
С барабаном за плечами,  
Бум-бум-бум!  
Ежик в сад забрел случайно,  
Бум-бум-бум!  
Очень яблоки любил он,  
Бум-бум-бум!  
Барабан в саду забыл он,  
Бум-бум-бум!  
Ночью яблоки срывались,  
Бум-бум-бум!  
И удары раздавались,  
Бум-бум-бум!  
Зайцы здорово струхнули,  
Бум-бум-бум!  
Глаз до зорьки не сомкнули,  
Бум-бум-бум!  
Г. Виеру

*Дети маршируют по кругу,  
изображая игру на барабанах.*

*Маршируют, спрятав руки за  
спину.  
Подносят ко рту то одной, то  
другой рукой воображаемое яблоко.*

*Разводят руками.*

*Руки на поясе, выполняют прыжки  
на месте.*

*Приседают, сделав «ушки» из  
ладошек.*

## Физкультминутка.

Как румян осенний сад!	<i>Легкие хлопки по щекам.</i>
Всюду яблоки висят.	<i>Руки поднять вверх.</i>
Краснобоки, краснощеки,	<i>Руки на поясе.</i>
На ветвях своих высоких	<i>Руки поднять вверх,</i>
Точно солнышки горят!	<i>Соединить в круг («солнышко»).</i>

## Тема «Одежда и обувь»

### Общая моторика

«Идем на прогулку».

Импровизация движений.

Мы снимаем тапки,  
Надеваем шапки,  
Шарфики, штанишки,  
Сапоги, пальтишки,  
Надеваем куртки —  
Готовы для прогулки!



### Мимические упражнения

Передать эмоции: радость, удивление, восхищение и печаль. Показать: вы радуетесь покупке новой одежды, удивляетесь необычному наряду, восхищаетесь новым костюмом мамы; печалитесь, нечаянно порвав одежду.

Упражнения для языка

*Иголочка.*

Вытянуть «острый» язык как можно дальше изо рта и удерживать его в таком положении (под счет до «пяти-шести»).

*Воротник с широкими и острыми краями.*

Чередовать положения «широкого» и «узкого» языка. Положить «широкий» язык на нижнюю губу («круглый воротничок»). Вытянуть «острый» язык — «воротничок с острыми краями».

Белье на ветру.

Широко открыть рот и прижать кончик языка к верхним зубам, удерживать его в таком положении (под счет до «шести»).

*Шитье на разных швейных машинках.*

Широко открыть рот. Поднять язык за верхние зубы, боковые края прижать к коренным зубам и произносить: «Д-д-д-д-д» (шьем на электрической швейной машинке), «Т-т-т-т-т» (шьем на ручной швейной машинке).

*Строчка.*

Кончик языка «иголочкой» ритмично касается верхней губы, начиная с уголка рта.

### Пальчиковая гимнастика

Выполнять действия и движения в соответствии с содержанием стихотворений.

В понедельник я кроила,  
А во вторник — платье шила  
В среду — фартук вышивала,  
А в четверг — белье стирала:  
Все свои платочки  
И братишкины носочки.  
А в пятницу, субботу  
Отдыхала от работы.

*Физкультминутка.*

Я умею обуваться,  
Если только захочу. *Топают ногами.*  
Я и маленького братца  
Обуваться научу. *Руки перед грудью — «маленький братец».*  
Вот они, сапожки. *Наклоняются вперед.*  
Этот с левой ножки.  
Этот с правой ножки. *Поглаживающие движения снизу вверх левой и правой ног.*  
Если дождичек пойдет,  
Наденем калошки. (Е. Благинина) *Топают ногами.*

*Тяпы-Ляпы*

По дороге в Тяпы-Ляпы  
Шли гуськом четыре шляпы  
Шляпу старую с пером  
Звали дедушкой Петром.  
Шляпу с кисточкою синей  
Звали бабушкой Аксиньей.  
Шляпу с красной ленточкой  
Звали внучкой Леночкой.  
Ну а шляпу с козырьком  
Звали внуком Игорьком.  
Тяпы-Ляпы — это дача.  
Есть у шляп одна задача:  
Дождик ночью прошумел,  
В огороде уйма дел.  
И спешат четыре шляпы  
Лук полоть, картошку тямать.  
Вот пришли, передохнули,  
Разом тямками взмахнули.  
Вскоре каждая из шляп  
Стала тямать:  
Тям-тям-тям!  
В. Кудрявцева

Три Катюшки  
В деревушке  
Три Катюшки  
Взяли в руки три катушки,  
Шуре сшили сарафан,  
Сшили дедушке кафтан,  
Сшили бабушке жакет,  
Сшили дедушке жилет.  
А девчонкам и мальчишкам —  
Всем Андрюшкам и Наташкам —  
Сшили яркие штанишки,  
Сшили пестрые рубашки.

А. Строило

## Тема «Посуда»

### Мимические упражнения

1) Выразить мимикой свое огорчение — разбили чашку, радость — купили новую посуду, неудовольствие — много грязной посуды.

Показать состояние грязной посуды, которая была у бабушки Федоры в сказке К. Чуковского.

Чудесные превращения.

Изобразить кипящий чайник; кастрюлю, наполненную водой; ведро с крышкой; разбившуюся чашку; чайник с заваренным чаем.

### 2) Упражнения для языка.

Чашка и блюдце на столе.

Чередовать позиции: язык «чашечкой» и язык «на доньшке».

Острый ножик и глубокий ковшик.

Чередовать артикуляционные позиции: «острый» язык и язык «чашечкой».

Ручка чайника.

Спинку языка прижать к нёбу, а кончик упереть в нижнюю десну.

### Пальчиковая гимнастика

#### Помощники

Раз, два, три четыре,  
Мы посуду перемыли:  
Чайник, чашку, ковшик, ложку  
И большую поварешку.  
Мы посуду перемыли,  
Только чашку мы разбили,  
Ковшик тоже развалился,  
Нос у чайника отбился.  
Ложку мы чуть-чуть сломали —  
Так мы маме помогали.

Н. Нищева

### Физкультминутки

#### Чашка

Чашку в руки я беру  
И ко рту я подношу,  
Голову я наклоняю,  
Чай до дна я выпиваю.



## *Сказка о чайнике, кастрюле и сковородке.*

Жили были на кухне Чайник, Кастрюля и Сковородка. Чайник был самый молодой и блестящий.

Он был очень горд собой.

- Какой у меня носик! Какой у меня свисток! Никто из вас не способен звать хозяев,- хвастался он соседкам.

- Зато у меня есть большая крышка и целых две ручки. А у тебя, Чайник, только одна ручка,- отвечала Кастрюля.

- А я...,- начала было Сковородка

- Молчи, старая! У тебя ручка одна, крышки вообще нет, да и вся ты обгоревшая и почерневшая какая-то,- прикрикнул Чайник на Сковородку.

- В самом деле,- поддакнула Кастрюля,- чего это ты вообще встречаешь в разговор? Тебя скоро выбросят, а меня хозяйка начищает, эмаль мою бережет, аккуратно со мной обращается.

- Зато про меня несколько раз в день говорят: " Чайник вскипел!". А про тебя, Кастрюля, никто не говорит вообще. Говорят: "Борщ готов!", а про тебя ни слова. Ха-ха-ха!

Спорили Чайник и Кастрюля долго, а Сковородка не вмешивалась, потому что была старой и мудрой, на кухонную молодежь не обижалась. Сковородка знала, что время все расставит по своим местам, спокойно выполняла свою работу, которая была ей написана на роду.

И вот однажды хозяйка заметила, что эмаль на Кастрюле треснула.

- С чего бы это? Вроде бы берегла ее,- огорчилась Хозяйка.

Не знала она, что от зазнайства и вечных споров у кастрюль портится здоровье. Вскоре там, где эмаль треснула, отвалился целый кусок, а еще через некоторое Кастрюля прохудилась. Пришлось Хозяйке выбросить её. А ведь какая была Кастрюля красивая раньше. Блестящий Чайник только хотел было порадоваться, что сопернице пришел конец, да обнаружил, что носик у него протекает! Хотела Хозяйка Чайник починить, да мастера подходящего не нашла, и отправила она Чайник на дальнюю полку в кладовку. Потом про Чайник и вовсе забыли, потому что купили новый. А старая Сковородка все жарила и жарила. Вот уже и хозяйки не стало, а сковородка досталась по наследству ее детям и внукам. Про хвастливый Чайник и хвастливую Кастрюлю никто никогда и не вспоминал.



## Тема «Продукты питания»

### Мимические упражнения

Выразить мимикой свое огорчение — разбили чашку, радость — купили новую посуду, неудовольствие — много грязной посуды.

Показать состояние грязной посуды, которая была у бабушки Федоры в сказке К. Чуковского.

Чудесные превращения.

Изобразить кипящий чайник; кастрюлю, наполненную водой; ведро с крышкой; разбившуюся чашку; чайник с заваренным чаем.



### Упражнения для языка

Подготовим чашечки для чая, кофе, сока.

Пирожок.

Рот открыт, губы в улыбке. Положить «широкий» язык на нижнюю губу.

Поднять и свернуть язык в «трубочку».

### Пальчиковая гимнастика

Выполнение действий в соответствии с содержанием стихотворений.

*Гости.*

К Жене гости прибежали.

Все друг другу руки жали.

— Здравствуй, Жора!

— Здравствуй, Жанна!

— Рад, Сережа!

— Рад, Снежана!

— Не хотите ль пирожок?

— Может коржика кусок? Иль рожок?

Вот драже вам на ладошку,

Все берите понемножку.

С ручек все стряхнули крошки

И захлопали в ладошки.

Е. Карельская

Мышка зернышко нашла  
И на мельницу снесла.  
Намолочила там муки,  
Испекла всем пирожки:  
Мышонку — с капустой,  
Мышонку — с картошкой,  
Мышонку — с морковкой,  
Мышонку — с морошкой.  
Для большого толстяка  
Все четыре пирожка:  
С капустой, с картошкой,  
С морковкой, с морошкой.  
И. Лопухина

### *Физминутки*

Импровизация движений в такт песенки.  
«Ручки, спляшите разок» (французская песенка).  
Ручки, спляшите разок —  
Будет вам завтра пирог!  
Ах вы, мои мастерицы,  
Быстрые ручки-сестрички!  
Яблочный будет пирог,  
Только спляшите разок!

## Тема «Части тела»

### Мимические упражнения

Выражение эмоционального состояния (настроения): доволен — недоволен; виноват, пристыжен; возмущен; смущен; счастлив — несчастлив; озабочен; спокоен — рассержен.

Выразить мимикой свое состояние. Вам говорят ласковые слова — приятно, ругают — неприятно. Мама не пустила гулять — расстроены, пришел друг в гости — радостны.

Показать, как вы рассердились на щенка, который стащил папины тапочки.

Простили его — у вас доброе выражение лица.

Изобразить человека, изнемогающего от жажды и голода.

Показать, каким разным может быть взгляд человека. Изобразить насмешливый, добрый, хитрый, умоляющий, печальный, злобный, ликующий, сияющий, обиженный взгляд.

### Закрывать по очереди глаза:

«Спи, глазок, спи, другой.

Засыпай, правый глаз.

Засыпай, левый глаз.

Просьпайтесь сразу, оба глаза!»

### Упражнения для языка

Толстячки — худышки.

Попеременно надувать и втягивать щеки.

Надуваем шар или мыльный пузырь.

Вытягивать губы узкой воронкой.

Веселый, Буратино.

Улыбнуться, подняв уголки губ вверх.

Вернуть губы в исходное положение.

Печальный Пьеро. Опустить уголки губ вниз.

Пробуем вкусное варенье.

Кончиком языка облизать верхнюю губу одного уголка рта до другого, потом нижнюю. Кончиком языка ) облизать губы, делая движение по кругу.

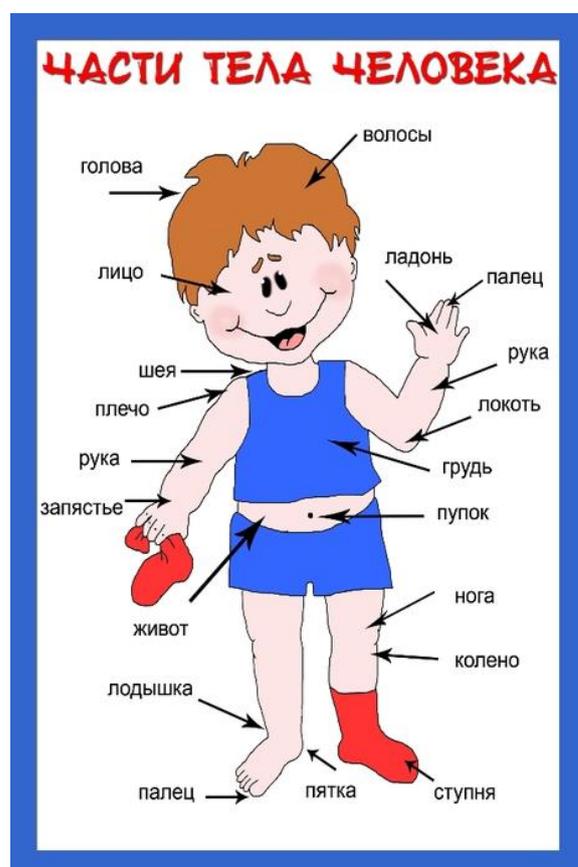
### Чистим зубы.

Плавное провести языком по верхним, а затем по нижним зубам.

Язычок лежит на крыльчке и греется на солнышке.

Открыть ют, положить «широкий» язык на нижнюю губу.

Язык отдыхает на кровати.



Рот широко открыт. Язык лежит на дне ротовой полости.

### *Мелкая моторика*

Четыре пальца сложены в кулак. Большой палец, обращаясь с просьбой, дотрагивается до каждого поочередно. Отвечая, каждый из пальцев распрямляется и вновь сгибается.

— Братец, принеси дрова!

— Заболела голова!

— Средний, ты наколешь дров?

— Я сегодня не здоров!

— Ну, а ты натопишь печку?

— Ох, болит мое сердечко!

— Ты, меньшей, свари обед!

— У меня силенок нет!

— Что же, сделаю все сам,

Но обеда вам не дам!

Голодать готовы?

— Мы уже здоровы!

И. Лопухина

Правая и левая

Водят поезда,

Правая и левая

Строят города.

Правая и левая

Могут шить и штопать,

Правая и левая

Могут громко хлопать.

За окошком ходит ночь.

Руки так устали...

Правая и левая спят на одеяле.

Раз, два, три, четыре, пять,

Застилаю я кровать,

Чищу зубы, мою уши,

Пять минут стою под душем.

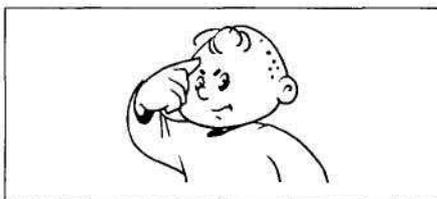
Раз, два, три, четыре, пять,

Рано я люблю вставать.

## ЧАСТИ ТЕЛА

Очень сложен человек:

*(Указательный палец на лбу, нахмуриться.)*



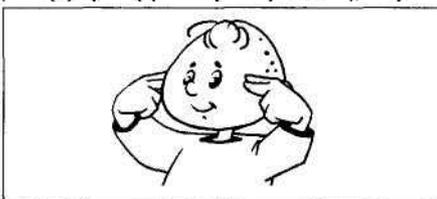
Двое глаз и двое век.

*(Указательными пальцами показываем на глаза, затем на веки.)*



И — внимательно смотри! —

*(Указательные и средние пальцы «идут» от глаз в направлении висков.)*



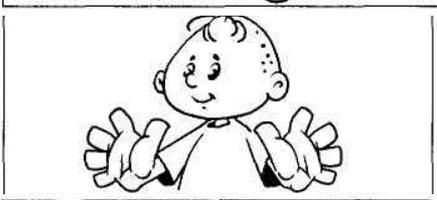
Уха два и две ноздри.

*(Показываем на уши и ноздри.)*



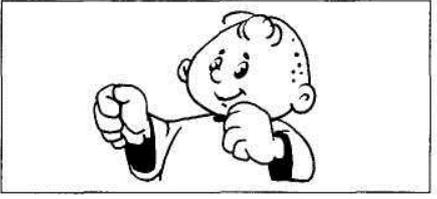
А вот пальчиков — по пять,

*(Растопырить пальцы на обеих руках.)*



Чтобы ими всё держать.

*(Хватая тающий жест руками.)*



### *Физминутки*

«Попрыгай!»

*На каждую строчку стихотворения — четыре прыжка.*

Левой ножкой — прыг, прыг.  
Правой ножкой — прыг, прыг.  
Мы попрыгаем на двух:  
Ух, ух, ух, ух!  
Влево мы попрыгаем,  
Вправо мы попрыгаем.  
Мы вперед пойдём  
И назад отойдём!

*Мы похлопаем в ладоши*  
Мы похлопаем в ладоши  
Дружно, веселее.  
Наши ножки постучали  
Дружно, веселее.  
По коленочкам ударим  
Тише, тише, тише.  
Наши ручки поднимайтесь  
Выше, выше, выше.  
Наши ручки закружились,  
Ниже опустились,  
Завертелись, завертелись  
И остановились. *(Движения выполняем в соответствии с текстом).*

### *Разминка*

Чтоб головка не болела,  
Ей вращаем вправо – влево. *(Вращение головой)*

А теперь руками крутим -  
И для них разминка будет. *(Вращение прямых рук вперед и назад)*

Тянем наши ручки к небу,  
В стороны разводим. *(Потягивания руки вверх и в стороны)*

Повороты вправо – влево,  
Плавно производим. *(Повороты туловища влево – вправо)*

Наклоняемся легко,  
Достаем руками пол. *(Наклоны вперед)*  
Потянули плечи, спинки.  
А теперь конец разминке. *(Дети садятся)*

## Птицы.

### Физминутки.

*Скачет шустрая синица*

Скачет шустрая синица, (Прыжки на месте на двух ногах.)

Ей на месте не сидится, (Прыжки на месте на левой ноге.)

Прыг-скок, прыг-скок, (Прыжки на месте на правой ноге.)

Завертелась, как волчок. (Кружимся на месте.)

Вот присела на минутку, (Присели.)

Почесала клювом грудку, (Встали, наклоны головы влево-вправо.)

И с дорожки — на плетень, (Прыжки на месте на левой ноге.)

Тири-тири, (Прыжки на месте на правой ноге.)

Тень-тень-тень! (Прыжки на месте на двух ногах.)

(А. Барто)



*Аист*

(Спина прямая, руки на поясе. Дети плавно и медленно поднимают то правую, то левую ногу, согнутую в колене, и также плавно опускают. Следить за спиной.)

— Аист, аист длинноногий,

Покажи домой дорогу. (Аист отвечает.)

— Топай правую ногою,

Топай левою ногою,

Снова — правую ногою,

Снова — левою ногою.

После — правую ногою,

После — левою ногою.

И тогда придешь домой.

*Пальчиковая гимнастика*

*Клёст и снегирь*

Шишка, ты вкусна, толста (Сцепить указательные пальцы)

И прекрасна для клеста. *(Перецепить пальцы)*  
А снегирь, стряхнув снежинки, *(Смахнуть «снег» с тыльной стороны кисти)*  
Поклюёт зимой рябинки. *(Пальцы правой руки собрать в щепоть – «клюв»)*

## ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ

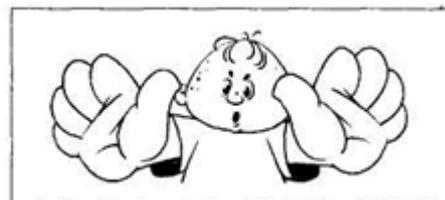
Птицы в небе тают, тают — Птицы к югу улетают.  
*(Машем руками, постепенно поднимая их вверх.)*

Всё, растаяли вдали  
*(Ладонь «козырьком» колбу.)*

Аист, цапли, журавли.  
*(Загибаем по очереди мизинец, безымянный и средний пальцы.)*

## Тема. Защитники Отечества.

Не допустят к нам войну,  
(Обе ладони от себя.)



Защитят свою страну:

(Руки соединить перед собой.)



(Загибаем по одному пальцы сначала на правой руке, потом на левой, начиная с мизинца.)

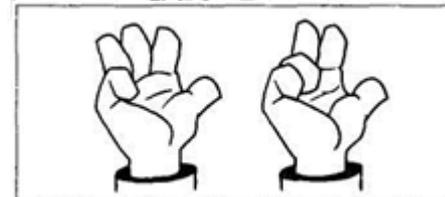
5 4

Пограничник, вертолётчик,

3 2

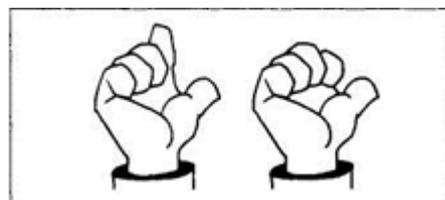
Врач военный и танкист,

(Смена рук.)



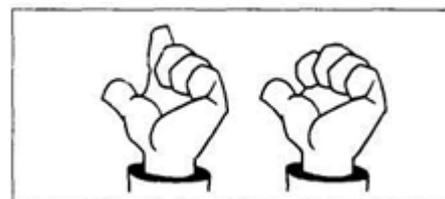
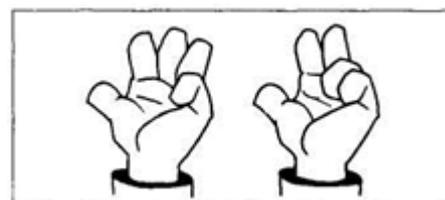
5 4

А ещё — десантник, лётчик,



3 2

Снайпер и артиллерист.



### Физминутка

«Парад»

Как солдаты на параде, мы шагаем ряд за рядом.

Левой — раз, левой — раз.

Посмотрите все на нас.

В пограничников играем,  
Землю нашу охраняем *(идут друг за другом маршируя)*

Мы гурьбой садимся в санки,

Мчимся вихрем в жаркий бой *(бегут друг за другом, размахивая  
воображаемым оружием)*

Мы – танкисты, санки – танки

Враг – сугробы под горой. *(идут друг за другом, приложив руку к голове)*



**Тема. Хвойные деревья.**  
**Физкультминутки**

Добрый лес, старый лес.  
Полон сказочных чудес!  
Мы идём гулять сейчас  
И зовём с собою вас!  
*(Широко разводим руки в стороны.)*  
Повороты вправо-влево с вытянутыми  
руками.

*(Ходьба)*  
Мышка тихо идёт,  
В норку зёрнышко несёт.  
*(Мягкий пружинистый шаг, спинка слегка  
прогнута вперёд, «лапки» перед грудью)*

А за мышкой шёл медведь,  
Да как начал он реветь:  
«У-у! У-у!

Я вразвалочку иду!»  
*(Руки полусогнуты в локтях, ладошки соединены ниже пояса. Ноги наширине плеч. Переступание  
туловищем из стороны в сторону)*

А весёлые зайчата –  
Длинноухие ребята –  
Прыг да скок, прыг да скок,  
Через поле за лесок.  
*(Прыжки. Ладошки прижать к голове, изображая «ушки на макушке»)*

Шёл по лесу серый волк,  
Серый волк – зубами щёлк!  
Он крадётся за кустами,  
Грозно щёлкает зубами!  
*(Широкий, пружинистый шаг с чуть наклоненным вперёд корпусом. Руки попеременно вынести  
вперёд)*

Птички в гнёздышках проснулись,  
Улыбнулись, встрепенулись:  
«Чик-чирик, всем привет!  
Мы летаем выше всех!»  
*(Лёгкий бег враспынную; птички чистят крылышки; машут хвостиком (рукисзади, ладошками  
друг к другу, легко прыгают)*

До свиданья, старый лес,  
Полный сказочных чудес!  
*(Помахивание рукой.  
Поворот вправо-влево с вытянутыми руками.  
Ходьба)*



## Пальчиковая гимнастика

### Погоня

Заяц скачет по полям,

(«заяц»)

А лисица по пятам,

(«лиса»)

**Сосны** встали на пути,

(«деревья» обеими руками)

Как же от лисы уйти?

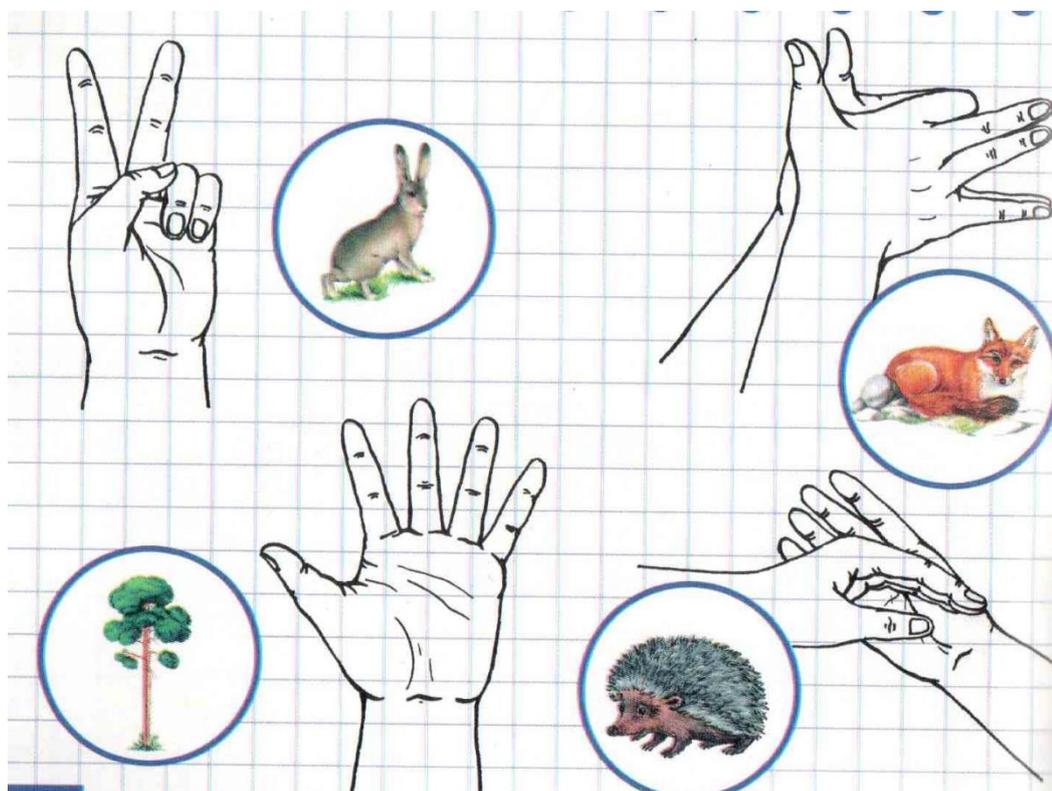
(пожать плечами)

Страшно зайиньке в бору,

(«заяц»)

Прыгнул к ежику в нору

(«ежик»)



## *Тема « Зима »*

### *Мимические упражнения*

Выразить свое состояние и настроение в разное время зимы: мы радуемся первому снегу, ежимся от холодного ветра, нас пробирает дрожь до самых костей в морозную, студеную погоду.

Передать гневную интонацию деда Мороза.

Дед Мороз проспал в постели, Встал, сосульками звеня: — Где вы, вьюги и метели? Что не будите меня?

Выразить мимикой, жестами и движением настроение и действия Зимы. Вот Зима-волшебница нарядила деревья и кусты в белые одежды, усыпала блестками и серебром землю. А вот сердитая Зима-старуха, заморозила птиц, людей и зверей, сковала реки льдами и т. д.

### *Упражнения для языка*

*Сосулька.*

Высунуть «острый» язык как можно дальше изо рта и удерживать его в таком положении (под счет до «шести—восемь»).

*Санки-ледянки.*

Сделать язык «чашечкой».

*Горка для спуска.*

Открыть рот, опустить язык за нижние зубы, выгнуть спинку языка «горочкой».

*Саночки.*

Рот открыт, губы в улыбке. Боковые края языка плотно прижать к верхним коренным зубам, спинку прогнуть вниз, кончик свободен. Движения вперед-назад, боковые края языка должны скользить по коренным зубам. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, губы не касались зубов.

Ураганный ветер открывает и закрывает форточку.

Рот открыт. Язык высунут изо рта. Поднимать и опускать кончик языка.

### *Пальчиковая гимнастика*

*Выполнять движения пальчиками и руками в соответствии с содержанием стихотворения.*

Мы во двор пошли гулять

Раз, два, три, четыре, пять,

(Загибать пальчики по одному.)

Мы во двор пришли гулять.

Бабу снежную лепили.

(Имитировать лепку комов.)

Птичек крошками кормили,

(Крошить хлебушек всеми пальчиками.)

С горки мы потом катались.

(Вести указательным пальцем правой руки по ладони левой руки.)

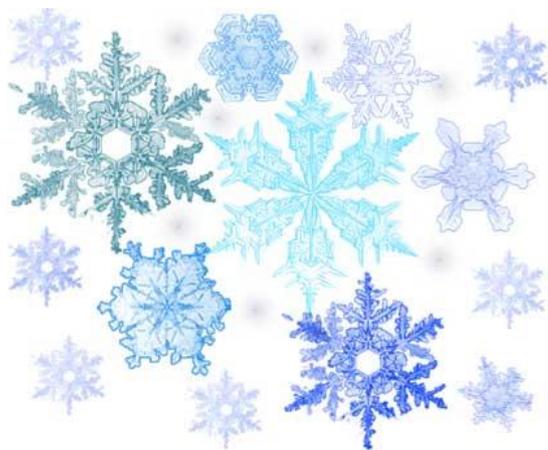
А еще в снегу валялись.

(Класть ладошки на стол то одной то другой стороной.)  
Все в снегу домой пришли,  
(Отряхивать ладошки.)  
Съели суп и спать легли.  
(Производить движения воображаемой ложкой, положить руки под щеку.)  
Н. Нищева

### *Физкультминутки.*

«Как на горке». *Импровизация движений (дети с вытянутыми руками встают на носочки, затем приседают, а в конце ложатся на коврик, изображая спящего медведя).*

Как на горке — снег, снег,  
И под горкой — снег, снег,  
И на елке — снег, снег,  
И под елкой — снег, снег,  
А под снегом спит медведь.  
Тише, тише. Не шуметь!  
И. Токмакова



### *Снег.*

*По ходу стихотворения дети выполняют соответствующие движения.*

Снег, снег кружится,  
Белая вся улица!  
Собрались мы в кружок,  
Завертелись, как снежок. (А. Барто)

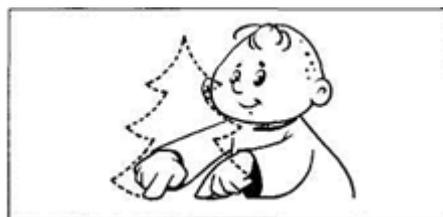
### *Новый год*

*(Дети, взявшись за руки, образуют два круга и читают стихотворение.)*

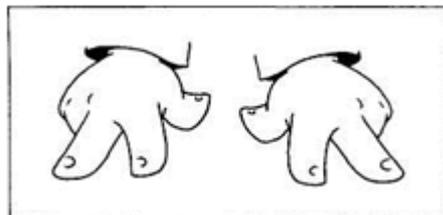
У всех Новый год,  
И у нас Новый год. *(Делают шаг с притопом и одновременно хлопают в ладоши, поворачиваясь в правую сторону и в левую.)*  
Возле ёлочки зелёной *(Оба круга движутся вокруг ёлки в разные стороны.)*  
Хоровод, хоровод.  
Пришёл Дед Мороз,  
К нам пришёл Дед Мороз. *(Продолжая держаться за руки, делают лёгкие наклоны головой в разные стороны, как бы сообщая друг другу эту новость.)*  
Он игрушек, и хлопушек,  
И конфет нам принёс! *(Кружатся на месте, подняв руки и вращая кистями.)*  
Он добрый у нас,  
Он весёлый у нас, — *(Делают шаг с притопом, одновременно хлопают, поворачиваясь в разные стороны.)*  
Возле ёлочки зелёной  
Сам пошел с нами в пляс. *(Взявшись за руки, идут двумя кругами в разных направлениях.)*

## Снеговики

Между ёлок вдоль реки  
(Нарисовать в воздухе ёлку.)



Разбрелись снеговики.  
(Обе руки с «ножками» — указательными и средними пальцами — расходятся в разные стороны.)



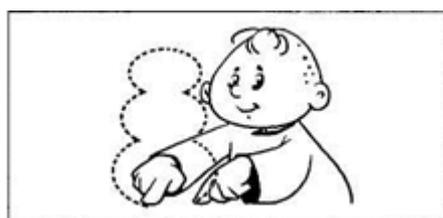
Каждый ищет  
(Рука «козырьком» колбу.)



и зовет  
(Ладони «рупором» ко рту.)



Снежных баб на хоровод.  
(Нарисовать в воздухе снежную бабу.)



## Тема « Домашние животные »



### Мимические упражнения

Выразить мимикой эмоции: страх, испуг, сострадание, боль.

Выразить мимикой и жестами отношение разных людей к животным: мальчик гладит щенка, девочка испугалась сердитого бульдога.

Представить и показать мимикой состояние собаки, которую выгнали из дома, голодного котенка, просящего молочка у своей хозяйки.

Выразить состояние хозяйки, у которой пропала кошка или коза. Изобразить провинившуюся кошку, укравшую сосиску, а затем выразить ей сочувствие.

Плачет киска в коридоре.

У нее большое горе:

Злые люди бедной киске

Не дают украсть сосиски.

Б. Заходер



### Упражнения для жевательно - артикуляционных мышц

Корова и теленок жуют жвачку.

Имитировать жевание.

Котенок зевает.

Широко открыть рот. Делать круговое движение нижней челюстью — подбородком рисовать букву «о».

### *Пальчиковая гимнастика*

Выполнение действий и движений пальчиками в соответствии со смыслом стихотворения и потешки.

#### **Пять поросят.**

Пять поросят гуляли на просторе,

*(Быстро двигать пальчиками по столу.)*

Пять поросят пошли купаться к морю.

*(Медленно переставлять пальчики по столу.)*

Один из них устал.

*(Загнуть большой пальчик.)*

— Пойду домой,— сказал.

И вот вам результат:

Четыре поросенка гуляли на просторе,

Четыре поросенка пошли купаться к морю.

Один из них устал.

*(Загнуть указательный пальчик.)*

— Пойду домой,— сказал.

И вот вам результат:

Три поросенка гуляли на просторе,

Три поросенка пошли купаться к морю.

Один из них устал.

— Пойду домой,— сказал.

*(Загнуть средний пальчик.)*

И вот вам результат:

Два поросенка гуляли на просторе,

Два поросенка пошли купаться к морю.

Один из них устал.

*(Загнуть безымянный пальчик.)*

— Пойду домой,— сказал.

И вот вам результат:

Один поросенок резвился на просторе,

Один поросенок пошел купаться к морю,

Потом устал. *(Загнуть мизинчик.)*

— Пойду домой,— сказал. И вот вам результат:

Ноль поросят гуляют на просторе.



Богат Ермошка —  
У него собака да кошка,  
Петушок да курочка,  
Селезень да уточка.  
Вот как кошка на окошке  
Шьет рубашку для Ермошки.  
А собака-пустолайка лепешки печет.  
Кот в уголочке сухари толчет.  
Курочка в сережках избушку метет.

### *Физминутки*

У коровы есть ребенок:  
Брык-брык, скок-скок,  
А зовут его теленок,  
А зовут его бычок.

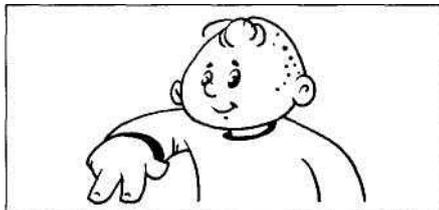
Жила – была мышка Мауси (*шагают на месте*)  
И вдруг увидала Котауси. (*Присели*)  
У Котауси злые глазауси (*закрывают глаза ладонями*)  
и зубауси (*закрывают рот*)  
“Ах, Мауси, Мауси, Мауси, (*встали и руки поставили на пояс*)  
Подойди ко мне, милая Мауси! (*машут правой рукой*)  
Я спою тебе песенку, Мауси!” (*повороты туловища влево – вправо*)  
Но ответила умная Мауси: (*хлопают в ладоши*)  
“Ты меня не обманешь, Котауси!”  
И скорей бегом от Котауси. (*Бегут на месте*)



## Овечка

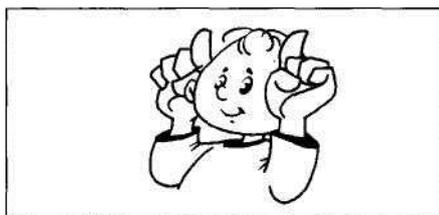
Кучерявая овечка

*(Показать «кудряшки» на голове.)*



Переходит через речку.

*(«Идём» указательным и средним пальцами.)*

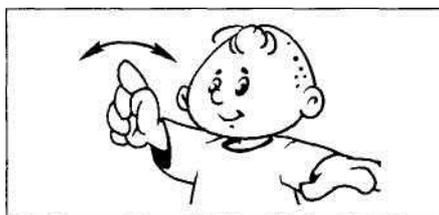


Щуря жёлтые глаза,

*(Прищурить глаза.)*

Ей навстречу шла коза.

*(Показываем «рога» — пальцы над ушами.)*

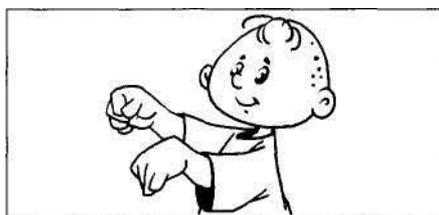


— Не пуца тебя, овечка,

*(Наклонить голову с «рогами» вперёд.)*

Не пройдёшь ты через речку!

*(Погрозить — указательный палец влево-вправо.)*

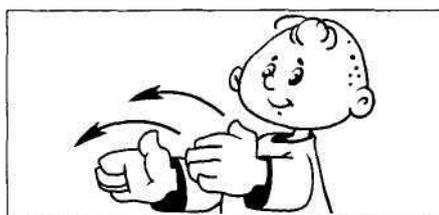


Лошадь мимо проходила

*(Пальцы собраны в щепоть, поочерёдно поднимаем-опускаем руки.)*

И овечку пропустила.

*(Руки отвели в сторону — жест, означающий: «Пропускаю».)*



## Тема «Дикие животные»



### Мимические упражнения

Обезьянки-кривляки. Сердитый тигр. Испуганная газель.

### Упражнения для языка

Жираф жуёт листочки.

Покусывать язык попеременно правыми и левыми коренными зубами, как бы жуя.

Обезьянка.

Рот открыт, губы в улыбке. «Широкий» язык вставить между верхней губой и зубами, затем между нижней губой и зубами.

Обезьянки качаются на лианах.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в нижнюю десну, а задняя часть языка то поднимается вверх, касаясь мягкого нёба и отчасти твёрдого нёба, то опускается вниз. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

Сигнал опасности у обезьянок.

Щелкать языком, изменяя форму рта. Издавать высокие и низкие звуки — щелчки, обращая внимание на изменения высоты звука.

## *Физкультминутки*

### *Зайцы.*

Скачут, скачут во лесочке  
Зайцы – серые клубочки  
*Руки возле груди, как лапки у зайцев; прыжки.*  
Прыг – скок, прыг – скок –  
Встал зайчонок на пенек  
*Прыжки вперед – назад*  
Всех построил по порядку, стал показывать зарядку.  
Раз! Шагают все на месте.  
Два! Руками машут вместе.  
Три! Присели, дружно встали.  
Все за ушком почесали.  
На четыре потянулись.  
Пять! Прогнулись и нагнулись.  
Шесть! Все встали снова в ряд,  
Зашагали как отряд.

### *Мишка вылез из берлоги*

Мишка вылез из берлоги,  
Огляделся на пороге, (повороты влево и вправо)  
Потянулся он со сна: (потягивание рук вверх)  
К нам опять пришла весна.  
Чтоб скорей набраться сил,  
Головой медведь крутил (вращение головой)  
Наклонялся взад, вперед, (наклоны)  
Вот он по лесу идет (имитируем движение – ходьбу)  
Ищет мишка корешки,  
И трухлявые пеньки.  
В них съедобные личинки –  
Для медведя – витаминки. (наклоны вперед)  
Наконец медведь наелся,  
И на бревнышке уселся (сели на ковер)

## *Пальчиковая гимнастика*

Верблюд.

*Сжать кулачки и соединить их на сгибе пальцев.*

Вот верблюд — живое чудо.

Два горба есть у верблюда. С. Маршак

Крокодил.

*Раскрывать и закрывать сложенные ладони с загибанием пальцев внутрь ладони.*

А зубастый крокодил

Чуть меня не проглотил.

С. Маршак

Жираф.

*Сжать пальцы в кулак, чуть-чуть приподняв мизинец и указательный палец.*

Рвать цветы легко и просто

Детям маленького роста.

А тому кто так высок не легко сорвать цветок. М. Маршак



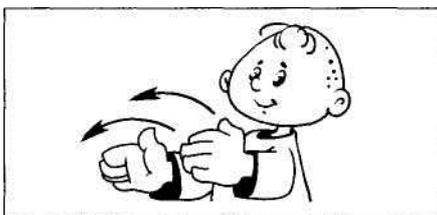
## Дикие животные

—Что в лесу опять

стряслось? —

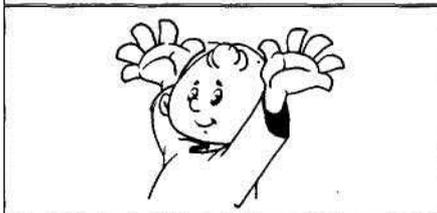
Удивился старый лось.

*(Растопыренные руки — «рога» над головой, приподнять брови.)*



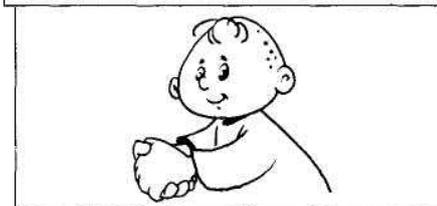
— Это дерево упало —

*(Обе руки параллельно друг другу опускаем вниз.)*



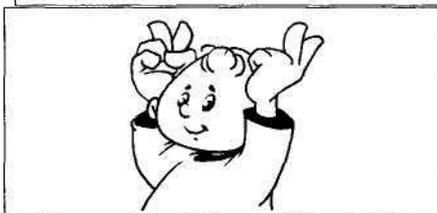
Дров бобру на зиму мало!

*(«Рубим дрова».)*



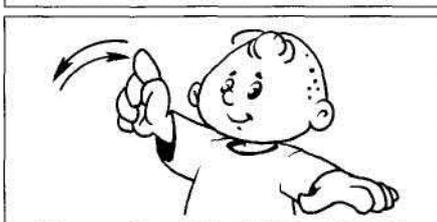
Головой качает рысь:

*(Указательные и средние пальцы на голове — «уши» и покачать ими.)*



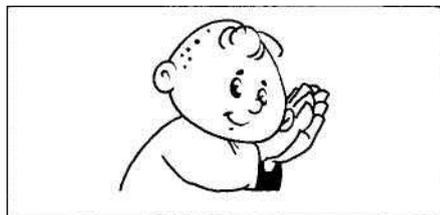
—Ну-ка, звери, берегись!

*(Погрозить пальцем—покачать вперед-назад.)*



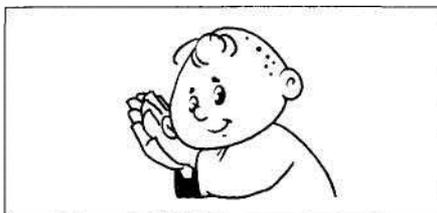
Спит медведь в своей берлоге,

*(Ладони—под левую щеку,  
голову наклонить влево.)*



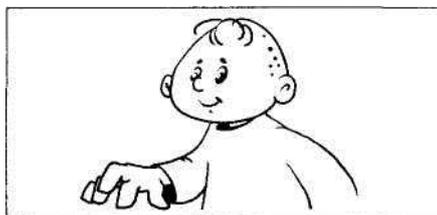
Спит барсуки чёрный крот.

*(Ладони—под правую щеку,  
голову наклонить вправо.)*



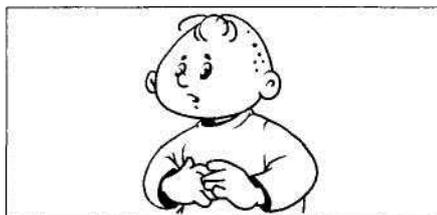
Только волка кормят ноги,

*(Растопыренные пальцы—«лапы  
волка»—«идут по земле».)*



А не то живот сведёт!

*(Положить руки на  
живот.)*



## Лесные встречи

Ежик , ежик, где ты был?

(«ежик»)

- долго по лесу бродил.

(«деревья»)

Встретил белку и синичку,

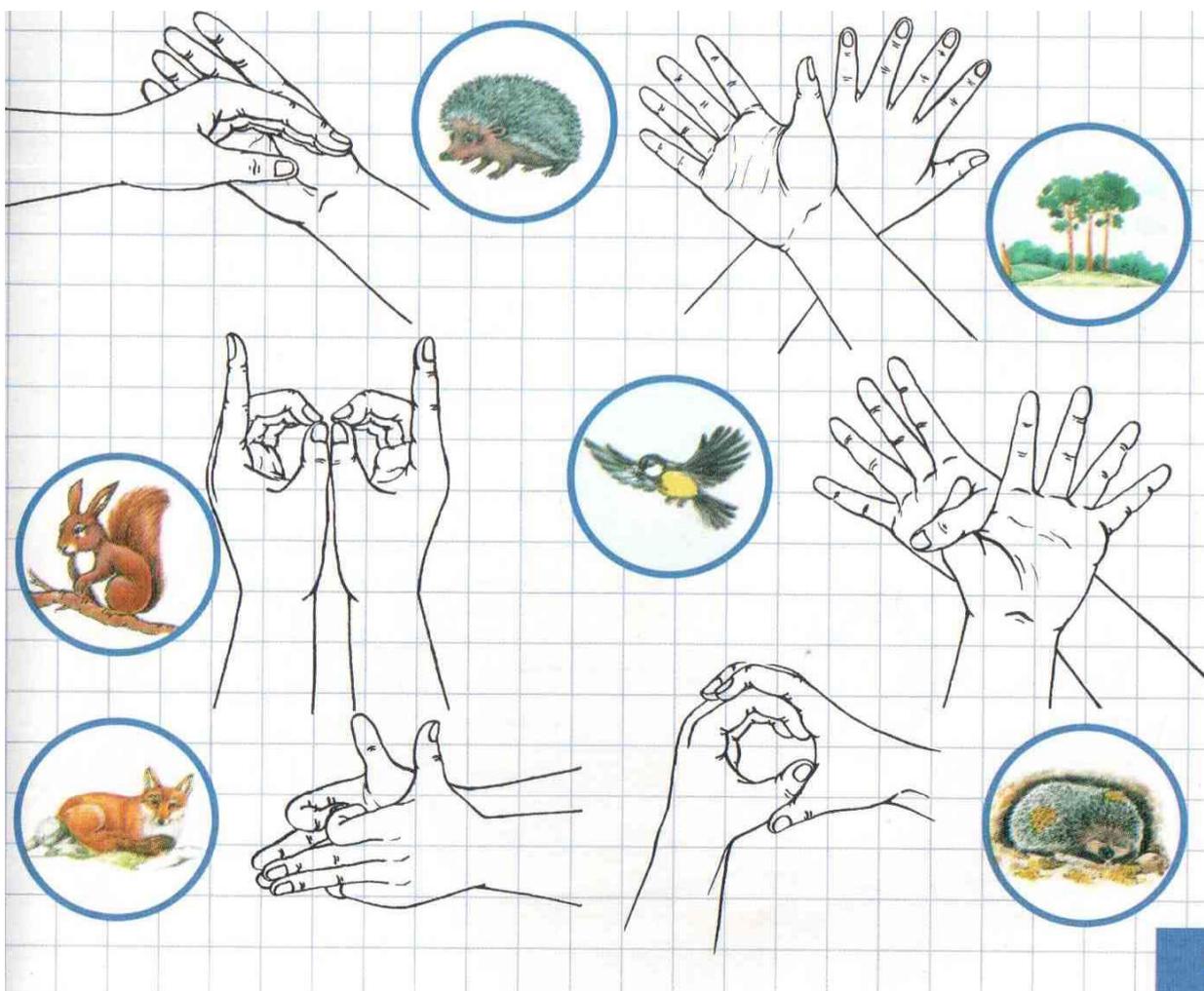
(«белка», «синичка»)

Мишку встретил и лисичку,

(«медведь», «лиса»)

Всех, кого нашел в бору,

Пригласил в свою нору. («нора»)



## Тема « Домашние птицы »

### Мимические упражнения

Сердитый индюк. Отважная курица защищает своих цыплят от коршуна.

Испуганный цыпленок. Трусливый гусенок боится плавать.

Петух готовится петь.

Расслабить мышцы лица, закрыть глаза, слегка опустить нижнюю челюсть.

### Упражнения для языка.

Клювы домашних птиц.

Показать, какой острый клюв у петуха, какой широкий клюв у селезня и гуся.

Индюшонок учится «болботать».

Рот открыт, губы в улыбке. Широким кончиком языка прикасаться к верхним резцам с наружной, а затем с внутренней стороны, произнося звук, похожий на звук л.

Индюки «болбочут».

Индюк из города идет, индюшку за собой ведет. Быстро высовывать «широкий» язык изо рта и произносить: «Бл-бл-бл-бл-бл».

### Пальчиковая гимнастика

Выполнять действия и движения руками и пальчиками в соответствии со смыслом стихотворения. Ритмично соединять сначала большой и сложенные вместе средний и указательный пальцы, а затем большой и указательный, соединять и разъединять все пальцы, изображая хвост индюка.

Сколько было утят в стае?

Как-то летним вечерком

Утята стаей шли гуськом.

Шли они на пруд купаться,

Порезвиться, поплескаться.

Первый среди них — вожак.

Идет гордо: «Кря-кря-кряк!»

У трех других утят

Спинки желтые блестят.

А последний поотстал.

Очевидно, он устал.

Из травы высокой вдруг,

Вызвав у утят испуг,

Еще двое выбегают,

Место в стае занимают.

Ну-ка быстро сосчитаем:

Сколько было утят в стае?

Г. Утробин



Гусь (Кумыкская народная песенка)  
Где ладошка? Тут? Тут.  
На ладошке пруд? Пруд.  
Палец большой —  
Это гусь молодой.  
Указательный — поймал,  
Средний — гуся ощипал,  
Этот палец суп варил,  
Этот палец нас кормил.  
Полетел гусь в рот,  
А оттуда — в живот! Вот!      Перевод Н. Гребнева

Наши уточки с утра:  
«Кря-кря-кря! Кря-кря-кря!»  
Наши гуси у пруда:  
«Га-га-га! Га-га-га!»  
А индюк среди двора:  
«Бал-бал-бал! Балды-балды!»  
Наши курочки в окно:  
«Ко-ко-ко! Ко-ко-ко!»  
А как Петя-петушок Ранним утром поутру  
Нам споет: «Ку-ка-ре-ку!»

### *Физминутки*

Импровизация движений в такт потешке.  
«Как у наших у ворот».  
Как у наших у ворот  
Петух зернышки клюет,  
Петух зернышки клюет,  
К себе курочек зовет.

### *Шли утята*

Раз, два - шли утята. (*Шагаем на месте*)  
Три, четыре - шли домой. (*Прыжки на месте*)  
Вслед за ними плелся пятый, (*Хлопаем в ладоши*)  
Впереди бежал шестой, (*Топаем ногами*)  
А седьмой от всех отстал, (*Шагаем на месте*)  
Испугался, запищал: (*Хлопаем в ладоши*)  
- Где вы, где вы?      (*Прыжки на месте*)  
- Не пищи,  
- Мы тут рядом поищи!      (*Топаем ногами*)

## Тема «Дом»

### Мимические упражнения

Выразить состояние боли. Работали молотком и нечаянно стукнули по пальчику.

Выразить удивление: «Какой высокий небоскреб!» Показать, как вы испугались высоты, попав на последний этаж небоскреба.

Выразить состояние радости. Получили новую квартиру. Обрадовались: «Ура! Ура! Ура!»

### Упражнение для языка.

Моем окна.

Производить круговые движения кончиком языка по верхней и нижней губам.

Красим крыльцо.

Рот закрыт. Облизывать сначала только верхние зубы, затем нижние. Далее облизывать зубы по кругу.

Красим потолок.

Кончиком языка проводить по небу — от мягкого неба до верхних зубов.

Ковш, экскаватора.

Укладываем полы.

Распластать язык на дне ротовой полости.



### Пальчиковая гимнастика

Чтение стихов сопровождается мимикой, действиями пальчиков и рук.

Тук, тук молотком,  
Строим, строим новый дом.  
Этот дом — для Маши,  
Этот дом — для Саши,  
Этот дом — для Даши,  
Этот — для Наташи.  
Этот дом — для Ксюши,  
Этот — для Андрюши.  
Все соседи,  
Все друзья.  
Жить без дружбы им нельзя.

Пальчики-строители  
Пальчики-мальчики, вы — строители,  
На стройке поработать не хотите ли?  
Этот пальчик цемент и песок засыпает,  
Этот воду туда добавляет,

Этот включает бетономешалку,  
Чтобы раствор был похож на сметанку.  
На этот раствор кирпичи по линейке  
Каменщик уложит, получится стенка.  
Кровельщик крышу покроет железом.  
Там высоко, мы туда не полезем.  
Вот штукатур. Он выровнял стенку.  
Маляр постарался — покрасил панели.  
Электрик свет уже включил,  
Сантехник воду подключил.  
Осталось только подать газ —  
Прекрасный дом будет у нас.  
Новоселье отпразднуем в эту субботу.  
Спасибо, строители, вам за работу!

### *Физминутки*

«Строим дом».

Импровизация движений в такт стихотворения.

Молотком и топором  
Строим, строим новый дом.  
В доме много этажей,  
Много взрослых и детей.



## Тема «Семья»



### Мимические упражнения

Изобразить маму (огорченную, печальную, радостную).

Изобразить добродушную маму, строго дедушку, рассердившегося папу и провинившегося ребенка.

«Родители ушли в гости, а ребенка оставили дома одного». Изобразить состояние тоски и одиночества.

Изобразить непослушного и капризного ребенка, жадную сестренку, добрую бабушку, пожурившую своих внучат-шалунишек

### Упражнения для языка

Мама испекла блинчики.

Положить «широкий» язык на нижнюю губу так, чтобы он краями касался углов рта. Удерживать его в спокойном, расслабленном состоянии (под счет до «пяти—десяти»).

Мама испекла пирожки с разной начинкой.

Рот открыт, губы в улыбке. Положить «широкий» язык на нижнюю губу.

Поднять и свернуть в трубочку язык — «пирожок с капустой». Поднять кончик языка за нижними зубами — «пирожок с брусникой».

Дразнилки.

Губы в улыбке, «широкий» язык на нижней губе. Произносить: «Пя-пя-пя, бя-бя-бя».

Игра «Я — не я».

Улыбнуться, опустить кончик языка на нижние зубы. Педагог произносит предложения: «Я люблю варенье», «Я люблю мыть посуду», «Я люблю бить посуду» и т. д. Дети отвечают: «Я!» или «Не я!».

Маятник настенных часов.

Рот открыт, губы в улыбке. Поворачивать сильно высунутый язык направо и налево так, чтобы кончик языка касался уголков рта. Следить, чтобы язык не скользил по нижней губе и зубам.

Малыш сосет соску.

Сомкнутые губы вытянуть вперед хоботком и производить сосательные движения.

### *Пальчиковая гимнастика.*

Домик

Дом стоит с трубой и крышей,

На балкон гулять я вышел.

Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).

Выполнять действия и движения пальчиками в соответствии со смыслом текста стихотворения и потешки.

Дружная семья

Кто-то делает вот так —

Рубит дерево вот так:

Тук-тики,

Тук-тики,

Так!

Кто-то делает вот так —

Молотком стучит вот так:

Дзинь-тики,

Дзинь-тики,

Так!

Кто-то делает вот так —

Тесто шлепает вот так:

Шлеп-тики,

Шлеп-тики,

Так!

Кто-то делает вот так:

Топ-тики,

Топ-тики.

Лбом о столик:

Тук-тики.

Чашку на пол:

Дзинь-тики.

Возле стенки:

Шлеп-тики. Так!

В. Орлов

Этот пальчик — дедушка,  
Этот пальчик — бабушка,  
Этот пальчик — папочка,  
Этот пальчик — мамочка,  
Этот пальчик — я.  
Вот и вся моя семья.

### *Физминутка*

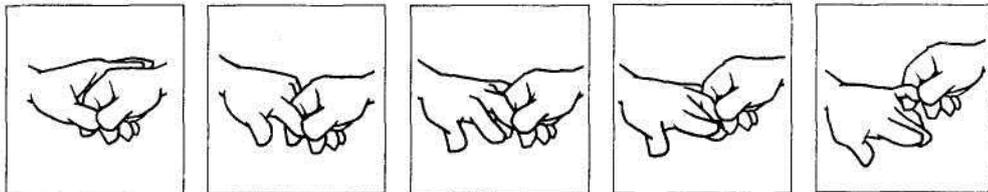
Считалка под мяч.  
Раз, два, три, четыре,  
Мы считалочку учили:  
Бабушка и мамочка,  
Дедушка и папочка,  
Вот братишка и сестренка,  
Он — Антон, она — Аленка.  
Вот и вся моя семья,  
Рассказал считалку я!

### *Бабушка*

Устала наша бабушка, (дети стоят в кругу)  
Присела на порог. (приседают)  
«Куда пропал, куда пропал, (берутся руками за голову)  
Куда пропал внучек?» (и раскачивают из стороны в сторону)  
Подумала, поохала, (встают)  
Потом тихонько встала,  
Пошла вокруг да около (идут по кругу друг за другом)  
Искать внучка сначала

## СЕМЬЯ. МАМИН ДЕНЬ

*(Самомассаж подушечек пальцев, один палец на одну строку.)*



Мама, мамочка моя, /

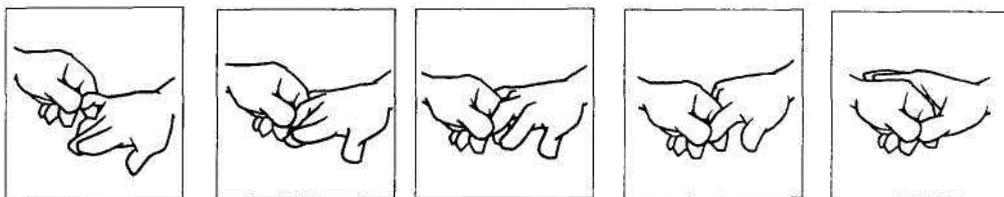
Как же я люблю тебя! 2

Буду я бельё стирать, 3

Мыть посуду, вытирать, 4

Подметать и мыть полы — 5

*(Смена рук.)*



Вовсе не для похвалы! 5

Уберу свои игрушки, 4

Сам помою руки, ушки 3

И, чтоб радовалась ты, 2

Подарю тебе цветы! 1

## Тема « Весна »

### Мимические упражнения

Выразить радость людей от встречи с весной.

Показать: вам тепло и приятно, вы греетесь на солнышке.

Представить себя доброй и ласковой Весной. Изобразить: вы дарите деревьям листву, лугам траву и цветы.

Медведь в берлоге.

Пригрело солнышко, снег растаял, и попала медведю в берлогу. Показать, как медведь испугался, удивился, огорчился, а потом обрадовался, поняв, что пришла весна.

### Упражнения для языка

Сосулька тает.

Открыть рот, вытянуть «острый» язык, ли тем опустить «широкий» язык на нижнюю губу. Чередовать положения «острого» и «широкого» языка.

Лужи.

Открыть рот, положить «широкий» язык на нижнюю губу, чуть-чуть сдвинув его сначала в левую, затем в правую сторону.

Капель стучит по крыше.

Поднять кончик языка за верхние зубы к альвеолам и произносить: «Тдд-тдд-тдд».

Лопаются почки на деревьях.

Подвести «широкий» язык под верхнюю губу и пощелкать.

### Пальчиковая гимнастика

Выполнять действия в соответствии с содержанием стихотворения.

Наши алые цветки

Раскрывают лепестки.

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Тихо засыпают,

Головками качают.

Т. Ткаченко



## Физминутки

«Зима прошла».

(Дети прыгают в такт стихотворения, изображая воробья).

Воробей с березы

На дорогу — прыг!

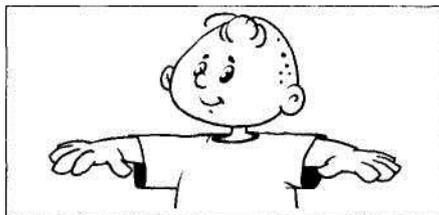
Больше нет мороза,

Чик-чирик!..

## ПЕРВОЦВЕТЫ

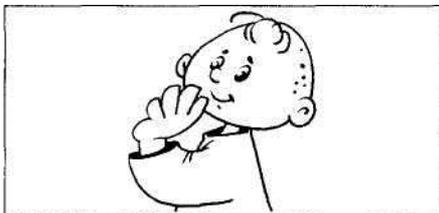
После снежной пустоты

*(Развести руки в стороны ладонями вниз.)*



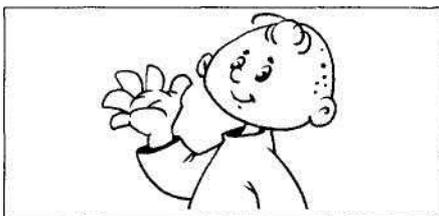
Распускаются цветы.

*(Кисть вверх, пальцы раскрыть.)*



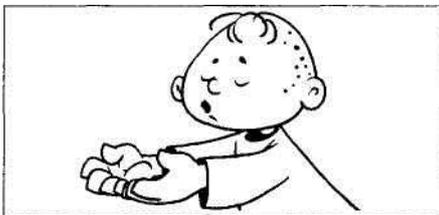
Как давно не видел ты

*(Тоже самое другой рукой.)*



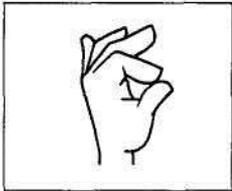
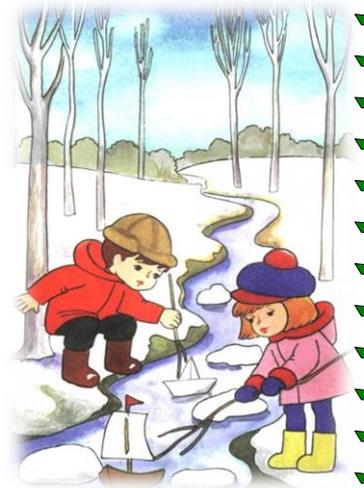
Этой хрупкой красоты!

*(Дунуть на обе руки и распрямить пальцы, ладони вверх.)*

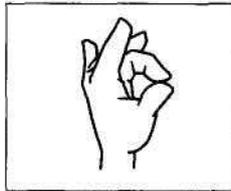


# ВЕСНА В ПРИРОДЕ

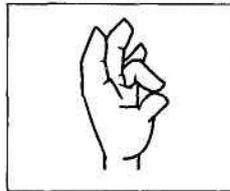
(Соединяем пальцы в колечки.)



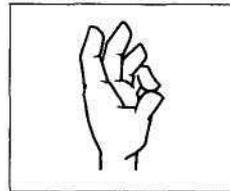
1-2  
Тает



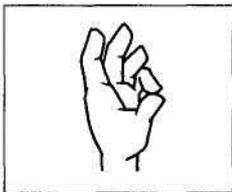
1-3  
снег,



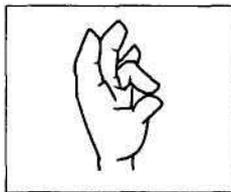
1-4  
уходит



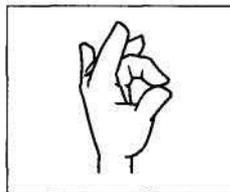
1-5  
лёд,



1-5И



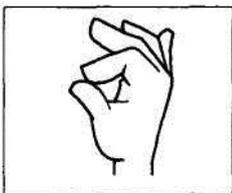
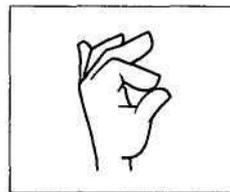
1-4



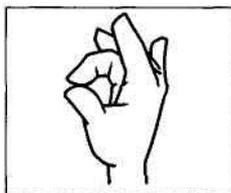
1-31-2

На речке—ледоход.

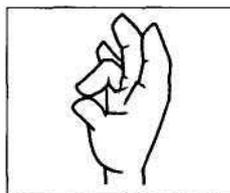
(Смена рук.)



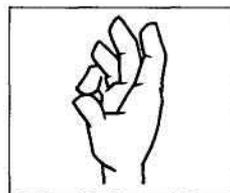
1-2  
Скоро



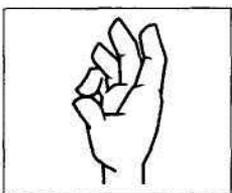
1-3  
кнам



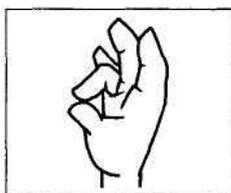
1-4  
придёт



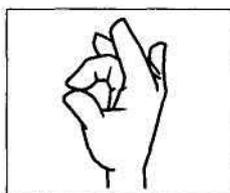
1-5  
апрель



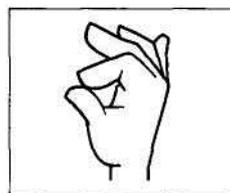
1-5  
Скрыш



1-4  
опять



1-3  
польёт

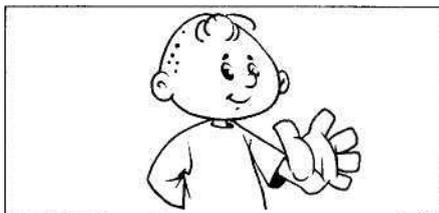


1-2  
капель.

## ТРУД ЛЮДЕЙ ВЕСНОЙ

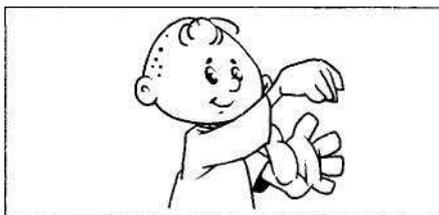
В огороде у меня  
Пугало стояло.

*(Покачиваем левую ладонь—  
«пугало», пальцы выпрямлены.)*



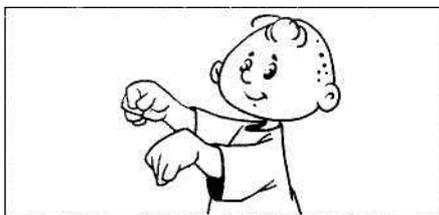
«Не ушло ли?»—  
Каждый день  
Птица проверяла.

*(Правая ладонь, как птица, порха-  
ет вокруг левой.)*



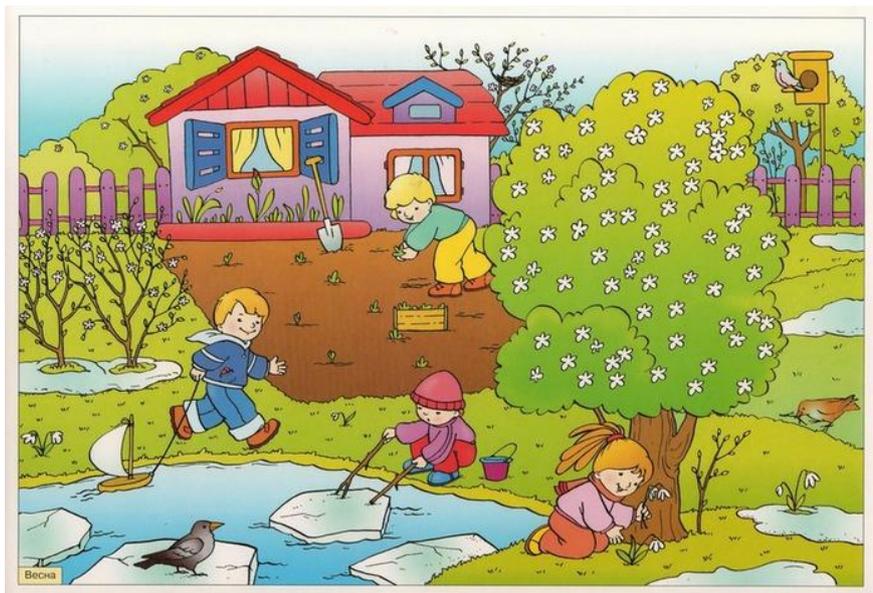
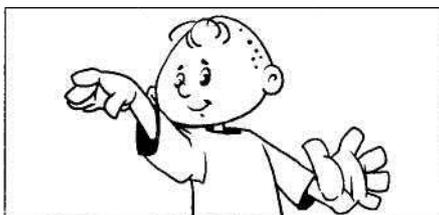
И мечтала: «Вот уйдёт—  
Всё бы поклевала».

*(Пальцы вместе—«клюют».)*



Так что пугало не зря  
День и ночь стояло.

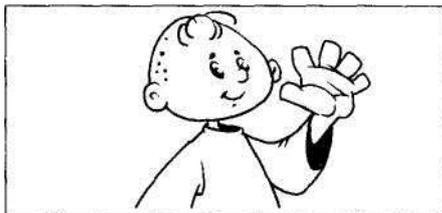
*(Левая рука опять «пугало», пра-  
вая рука—«улетает» от него.)*



## НАСЕКОМЫЕ И ПАУКИ

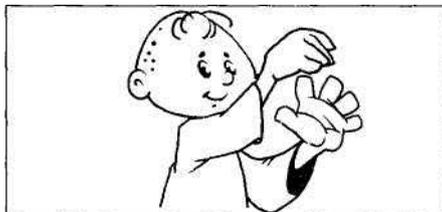
Паук свою раскинул сеть:

*(Распрямляем левую ладонь—  
«паутина».)*



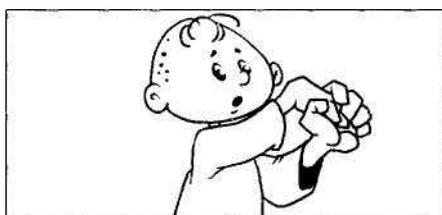
Ах, как же мухе пролететь?

*(Правая рука «порхает» перед  
«паутиной».)*



Ведь у неё в лесу дела,  
Искала путь, но не нашла.

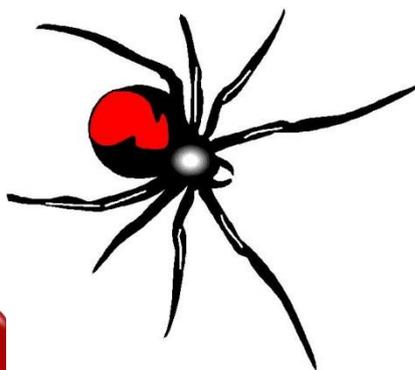
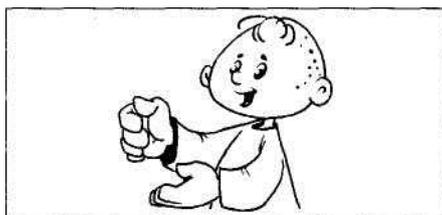
*(Правая рука, «не найдя путь»,  
влетает в «паутину», и левая рука  
хватает правую.)*



И угодила к пауку

Попить вечернего чайку.

*(Левая рука ладонью вверх—  
«блюдец», правая рука подносит  
«чашку» корту.)*



## Транспорт

### Физминутки.

«Ракета»

А сейчас мы с вами, дети, улетаем на ракете.

На носки поднимись, а потом руки вниз.

Раз, два, три, четыре — вот летит ракета ввысь.

«Самолет»

Руки в стороны — в полет отправляем самолет.

Правое крыло вперед, левое крыло вперед.

Раз, два, три, четыре — полетел наш самолет



### ТРАНСПОРТ

*Идёт на взлёт, идёт на взлёт,  
Винты вращая, вертолёт.  
(Круги рукой над головой.)*

*Идут туда,  
(Правой рукой показать влево.)*

*идут сюда  
(Левой рукой показать вправо.)*

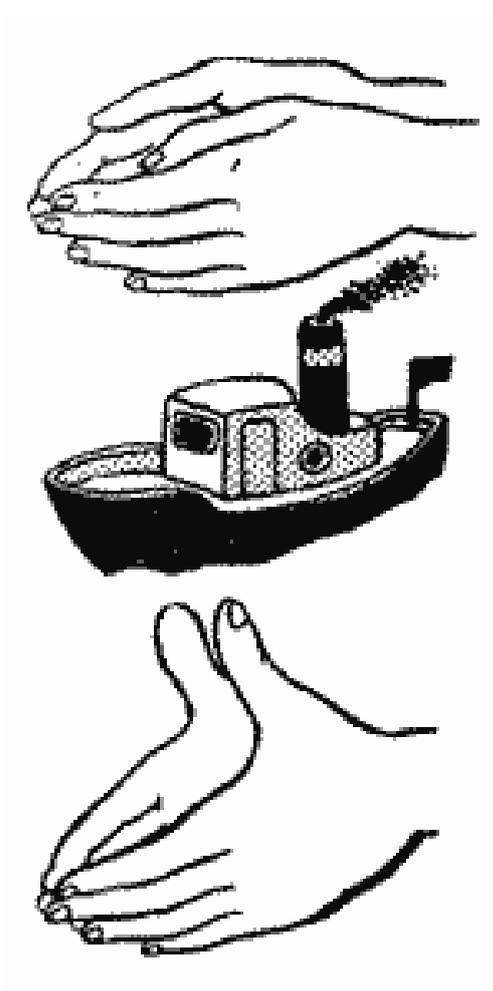
*По звонким рельсам поезда.  
(Правая рука справа, а левая — слева описывают круги от себя, руки движутся параллельно друг ДРУГ/-)*

*И пароходы, корабли  
(Ладони, соединённые кончиками пальцев — «домиком», движутся вперёд пальцами вверх.)*

Уходят в море от земли.  
(Машем рукой на прощание.)

### Пальчиковая гимнастика

Самокат! Самокат!  
Самокату очень рад!  
Сам качу, сам качу  
Самокат куда хочу



### Лодка

Лодочка плывет по речке,  
Оставляя на воде колечки.

Обе ладони поставлены на ребро,  
большие пальцы прижаты к ладоням  
(как ковшик).

### Пароход

Пароход плывет по речке,  
И пытит он, словно печка

Обе ладони поставлены на ребро,  
мизинцы прижаты (как ковшик), а  
большие пальцы подняты вверх.

## **Инструменты**

### **Физминутки.**

#### **Зарядка**

Каждый день мы по утрам делаем зарядку.

Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать, Руки поднимать,

Приседать и вставать,

Прыгать и скакать.



#### **Маляры**

Маляры известку носят, (Дети идут по кругу друг за другом, держат в руках воображаемые вёдра.) Стены кистью купоросят. (Лицом в круг, движения воображаемой кистью Вверх-вниз.)

Не спеша разводят мел. (Наклонились, мешают кистью в воображаемом ведре.)

Я бы тоже так сумел. («Красят».)

#### **Кровельщик**

Давайте поработаем молотком, как кровельщик.

То не град, то не гром - (Стоят, изображают удары молотком.)

Кровельщик на крыше. (Тянутся на носочках, подняв руки вверх.)

Бьёт он громко молотком - (Изображают удары молотком.)

Вся округа слышит. (Закрывают уши руками.)

Он железом кроет дом, (Изображают удары молотком.)

Чтобы сухо было в нём. (Наклоняются, достают носки руками.)

#### **Пальчиковая гимнастика**

##### **Что принёс нам почтальон?**

Что принёс нам почтальон? (Сжимают и разжимают кулачки.)

С толстой сумкой ходит он. («Шагают» пальчиками по столу.)

Перевод, журнал, газету,

И письмо от тёти Вали,

Чтоб её приезда ждали.

(На каждое наименование загибают по одному пальчику, начиная с большого.)

## Игра-лото «Инструменты»

Инструменты мы втроем  
Все на место уберем.

Молоток стучал, стучал,  
Гвозди в доску загонял.  
Колотил он с толком –  
Получилась - полка. (Молоток)

Лом ломает  
Толстый лед,  
Лом ломать  
Не устает. (Лом)

Пилит толстый ствол пила,  
Накалилась добела. (Пила)

Лопата  
Копала, копала  
Потом улеглась  
Видно, очень устала. (Лопата)

Плясала  
По дому метла  
Полы подметала,  
От угла до угла. (Метла)

Колун колол,  
Колол, колол.  
Колун полено  
Расколол. (Колун)

Долбит доску долото  
Долбит, долбит все оно. (Долото)

Называют ее дылда,  
Только это все неправда.  
Как большой молоток  
Старая кувалда (Кувалда)

Сверлит дырку в стенке  
Старое сверло.  
Верно, уж устало  
Бедное оно. (Сверло)

# Развитие мелкой моторики.

Полноценное развитие движений – необходимый этап и условие мыслительной деятельности, и это должно обязательно учитываться в работе с детьми.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только благоприятно воздействует на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, это в дальнейшем облегчает приобретение навыков письма. Нужно добиваться, чтобы все упражнения ребенок выполнял легко, чтобы занятия приносили ему радость.

1. Самомассаж фаланг пальцев – поглаживание большим пальцем всех по очереди других пальцев по направлению от ногтевой фаланги к основанию пальца. Упражнение выполняется сразу на двух руках.

Вырос у нас чесночок,	указательный
Перец, томат, кабачок,	средний
Тыква, капуста, картошка,	безымянный
Лук и немножко горошка,	мизинец
Овощи мы собирали,	сжимание и разжимание

Ими друзей угощали. пальцев на обеих руках.

2. Игра с пальчиками. Соединение пальцев подушечками, начиная с мизинцев, по одной паре пальцев на каждую стихотворную строчку; при этом ладони не касаются друг друга.

На базар ходили мы,	мизинцы
Много груш там и хурмы,	безымянные

Есть лимоны, апельсины, средние  
Дыни, сливы, мандарины, указательные  
Но купили мы арбуз - большие  
Это самый вкусный груз! все пальцы сжимаются и разжимаются

3. Руки как грабельки скребут по шершавой поверхности подушечками пальцев на ударные слоги:

Граблями сгребаем мы мусор с земли,  
Чтоб к свету росточки пробиться смогли.

4.«Слоненок» Средний палец выставлен вперед – это хобот, а указательный и безымянный – ноги. Слоненок идет по столу.

5.«Зайка и барабан» Пальчики в кулачок. Указательный и средний пальцы подняты вверх, они прижаты друг к другу. Безымянным и мизинцем стучим по большому пальцу.

6. «Семья» Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого.

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я.

Вот и вся моя семья!

Раз, два, три, четыре, пять!

Мы идем грибы искать.

Этот пальчик в лес пошел,  
Этот пальчик гриб нашел,  
Этот пальчик чистить стал,  
Этот пальчик жарить стал,  
Этот пальчик все съел,  
Оттого и потолстел.

Сад  
Палец толстый и большой  
В сад за сливами пошел.  
Указательный с порога  
Указал ему дорогу.  
Средний пальчик — самый меткий:  
Он сбивает сливы с ветки.  
Безымянный поедает,  
А мизинчик-господинчик  
В землю косточки сажает.  
Поочередно загибать пальчики сначала правой, а затем левой руки.

Выполнять действия в соответствии с содержанием стихотворений.

Повторяй за мной зарядку.  
В ней звук Т пришел на грядку.  
Тыква — вот, а вот — томат.  
Здесь — капуста, здесь — салат,  
Тмин, картошка, артишок  
И петрушки корешок.  
Все, что вырастили мы,  
Будем есть мы до весны.

Е. Карельская

Повторяй за мной зарядку  
В ней звук [К] пришёл на грядку  
Лук – вот здесь,  
А здесь морковь  
Здесь капуста,  
Здесь картофель  
Редька, свёкла, кабачок,  
И петрушки корешок.  
Всё, что вырастили мы  
Будем кушать до весны.