

Уважаемые родители! Сегодня 15 апреля, мы проведём с детьми дома с интересом и с пользой!

Утро начните с дыхательной гимнастики, дыхательная гимнастика улучшает работу головного мозга, дыхательной и пищеварительной системы организма, укрепляет общее состояние здоровья:

Проводите гимнастику в проветриваемой комнате!

Дыхательная гимнастика «Качели»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. Взрослый произносит рифмовку:

Качели вверх (вдох),

Качели вниз (выдох),

Крепче ты, дружок, держись.

Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

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

Дыхательная гимнастика «Дровосек»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Встаньте прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложите руки топориком и поднимите их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустите вниз, корпус наклоните, позволяя рукам "прорубить" пространство между ногами. Произнесите "бах". Повторите с ребенком шесть-восемь раз.

Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

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

Дыхательная гимнастика «Гуси летят»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

Медленная ходьба. На вдох – руки поднять в стороны, на выдох - опустить вниз с произнесением длинного звука «г-у-у-у».

Дыхательная гимнастика «Жук»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.

ИП: малыш стоит или сидит, скрестив руки на груди. Разводит руки в стороны, поднимает голову – вдох, скрещивает руки на груди, опускает голову – выдох: «жу-у-у - сказал крылатый жук, посижу и пожужжу».

Дыхательная гимнастика «Ворона»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

ИП: ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги и опустив руки. Вдох - разводит руки широко в стороны, как крылья, медленно опускает руки и произносит на выдохе: «каррр», максимально растягивая звук [р].

Дыхательная гимнастика «Паровозик»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

Ходьба, делая попеременные движения руками и приговаривая: «чух-чух-чух». Через определенные промежутки времени можно останавливаться и говорить «ту-тууу». Продолжительность – до 30 секунд.

Дыхательная гимнастика «Вырасти большой»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

ИП: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз.

Дыхательная гимнастика «Часики»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

Дыхательная гимнастика «Каша кипит»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

ИП: сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот и набирая воздух в легкие – вдох, опуская грудь (выдыхая воздух) и выпячивая живот – выдох. При выдохе громко произносить звук «ф-ф-ф-ф». Повторить 3-4 раза.

Дыхательная гимнастика «Насос»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

Дыхательная гимнастика «Регулировщик»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

Встать прямо, ноги на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук и во время удлиненного выдоха произносить «р-р-р-р-р». Повторить 5–6 раз.

Дыхательная гимнастика «Трубач»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

ИП: сидя, кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх. Медленный выдох с громким произнесением звука «п-ф-ф-ф-ф». Повторить до 5 раз.

Днём расскажите детям о насекомых:

- Весной появляются насекомые (пчелы, шмели, муравьи, бабочки-крапивницы, мухи, комары) и для птиц становится больше корма.



www.detidoma.net

НАСЕКОМЫЕ



БАБОЧКА



БОЖЬЯ КОРОВКА



СТРЕКОЗА



КУЗНЕЧИК



ЖУК



КОМАР



МУРАВЕЙ



БОГОМОЛ



ПЧЕЛА

www.detidoma.net

Разноцветные отпечатки пальцев детей превращаются в насекомых.
Пример:



Вечер(чтение)

К. Чуковский. Сказка «Федорино горе»

1

Скачет сито по полям,
А корыто по лугам.
За лопатую метла
Вдоль по улице пошла.
Топоры-то, топоры
Так и сыплются с горы.
Испугалась коза,
Растопырила глаза:
«Что такое? Почему?
Ничего я не пойму».

2

Но, как черная железная нога,
Побежала, поскакала кочерга.
И помчались по улице ножи:
«Эй, держи, держи, держи, держи, держи!»
И кастрюля на бегу
Закричала утюгу:
«Я бегу, бегу, бегу,
Удержаться не могу!»
Вот и чайник за кофейником
бежит,

Тараторит, тараторит,
дребезжит...
Утюги бегут побрякивают,
Через лужи, через лужи
перескакивают.
А за ними блюдца, блюдца —
Дзынь-ля-ля! Дзынь-ля-ля!
Вдоль по улице несутся —
Дзынь-ля-ля! Дзынь-ля-ля!
На стаканы — дзынь —
натыкаются,
И стаканы — дзынь —
разбиваются.
И бежит, бренчит,
стучит сковорода:
«Вы куда? куда? куда?
куда? куда?»
А за нею вилки,
Рюмки да бутылки,
Чашки да ложки
Скачут по дорожке.
Из окошка вывалился стол
И пошел, пошел, пошел,
пошел, пошел...
А на нем, а на нем,
Как на лошади верхом,
Самоварище сидит
И товарищам кричит:
«Уходите, бегите, спасайтесь!»
И в железную трубу:
«Бу-бу-бу! Бу-бу-бу!»
З
А за ними вдоль забора
Скачет бабушка Федора:
«Ой-ой-ой! Ой-ой-ой!
Воротитесь домой!»

Но ответило корыто:
«На Федору я сердито!»
И сказала кочерга:
«Я Федоре не слуга!»

А фарфоровые блюдца
Над Федорою смеются:
«Никогда мы, никогда
Не воротимся сюда!»

Тут Федорины коты
Расфуфырили хвосты,
Побежали во всю прыть,
Чтоб посуду воротить:

«Эй вы, глупые тарелки,
Что вы скачете, как белки?
Вам ли бегать за воротами

С воробьями желторотыми?
Вы в канаву упадете,
Вы утонете в болоте.
Не ходите, погодите,
Воротитесь домой!»

Но тарелки вьются-вьются,
А Федоре не даются:
«Лучше в поле пропадем,
А к Федоре не пойдем!»

4

Мимо курица бежала
И посуду увидала:
«Куд-куда! Куд-куда!
Вы откуда и куда?!»

И ответила посуда:
«Было нам у бабы худо,
Не любила нас она,
Била, била нас она,
Запылила, закоптила,
Загубила нас она!»

«Ко-ко-ко! Ко-ко-ко!
Жить вам было нелегко!»

«Да, — промолвил
медный таз, —
Погляди-ка ты на нас:
Мы поломаны, побиты,
Мы помоями облиты.
Загляни-ка ты в кадушку —
И увидишь там лягушку.
Загляни-ка ты в ушат —
Тараканы там кишат.
Оттого-то мы от бабы
Убежали, как от жабы,
И гуляем по полям,
По болотам, по лугам,
А к неряхе-замарахе
Не воротимся!»

5

И они побежали лесочком,
Поскакали по пням
и по кочкам.
А бедная баба одна,
И плачет, и плачет она.
Села бы баба за стол,
Да стол за ворота ушел.
Сварила бы баба щи,
Да кастрюлю поди поищи!
И чашки ушли, и стаканы,
Остались одни тараканы.
Ой, горе Федоре,
Горе!

6

А посуда вперед и вперед
По полям, по болотам идет.
И чайник шепнул утюгу:
«Я дальше идти не могу».
И заплакали блюда:
«Не лучше ль вернуться?»
И зарыдало корыто:
«Увы, я разбито, разбито!»
Но блюдо сказало: «Гляди,
Кто это там позади?»

И видят: за ними
из темного бора
Идет-ковыляет Федора.

Но чудо случи лося с ней:
Стала Федора добрей.
Тихо за ними идет
И тихую песню поет:

«Ой вы, бедные сиротки мои,
Утюги и сковородки мои!
Вы подите-ка, немытые, домой,
Я водою вас умою ключевой.

Я почищу вас песочком,
Окачу вас кипяточком,
И вы будете опять,
Словно солнышко, сиять,
А поганых тараканов я
повыведу,
Прусаков и пауков я
повымету!»

И сказала скалка:
«Мне Федору жалко».
И сказала чашка:
«Ах, она бедняжка!»
И сказали блюда:
«Надо бы вернуться!»
И сказали утюги:
«Мы Федоре не враги!»

7

Долго, долго целовала
И ласкала их она,
Поливала, умывала,
Полоскала их она.
«Уж не буду, уж не буду
Я посуду обижать,
Буду, буду я посуду
И любить и уважать!»

Засмеялися кастрюли,
Самовару подмигнули:

«Ну, Федора, так и быть,
Рады мы тебя простить!»
Полетели,
Зазвенели
Да к Федоре прямо в печь!
Стали жарить, стали печь,
Будут, будут у Федоры
и блины и пироги!
А метла-то, а метла — весела —
Заплясала, заиграла, замела,
Ни пылинки у Федоры
не оставила.
И обрадовались блюда:
Дзынь-ля-ля! Дзынь-ля-ля!
И танцуют и смеются —
Дзынь-ля-ля! Дзынь-ля-ля!
А на белой табуреточке
Да на вышитой салфеточке
Самовар стоит,
Словно жар горит,
И пыхтит, и на бабу
поглядывает:
«Я Федорушку прощаю,
Сладким чаем угощаю.
Кушай, кушай, Федора Егоровна!»

