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 «y-x-x-x»! 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.

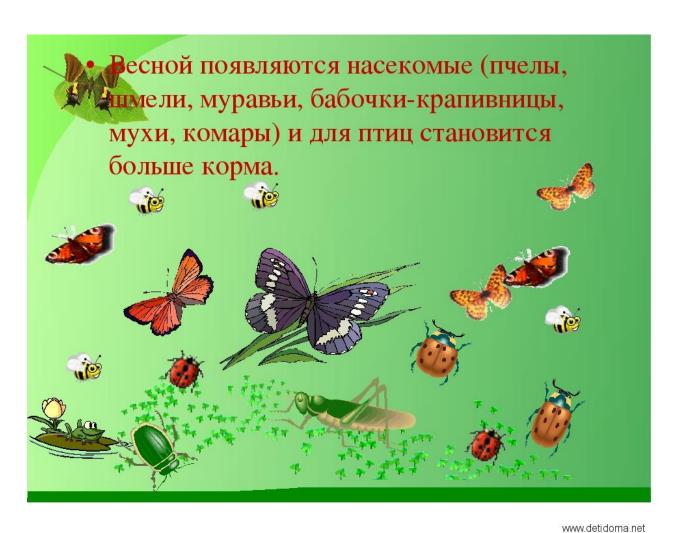
Встать прямо, ноги на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук и во время удлиненного выдоха произносить «p-p-p-p». Повторить 5–6 раз.

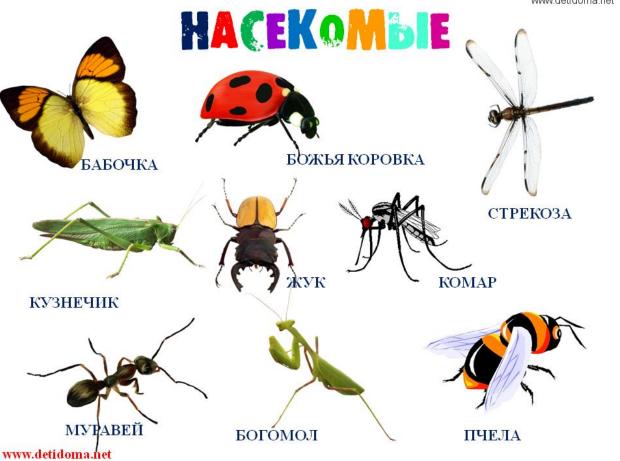
### Дыхательная гимнастика «Трубач»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

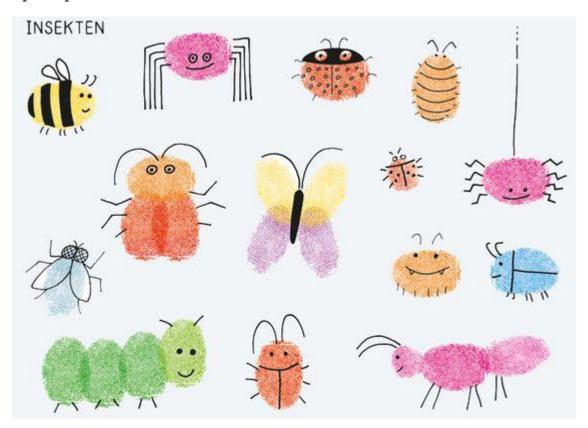
ИП: сидя, кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх. Медленный выдох с громким произнесением звука «п-ф-ф-ф». Повторить до 5 раз.

# Днём расскажите детям о насекомых:





### Разноцветные отпечатки пальцев детей превращаются в насекомых. Пример:



### Вечер(чтение)

# К. Чуковский. Сказка «Федорино горе»

Скачет сито по полям, А корыто по лугам. За лопатою метла Вдоль по улице пошла. Топоры-то, топоры Так и сыплются с горы. Испугалася коза, Растопырила глаза: «Что такое? Почему? Ничего я не пойму». Но, как черная железная нога, Побежала, поскакала кочерга. И помчалися по улице ножи: «Эй, 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 покрякивают, 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, спасайтеся!» И в железную трубу: «Бу-бу-бу! Бу-бу-бу!» 3 А за ними вдоль забора Скачет бабушка Федора: «Ой-ой-ой! Ой-ой-ой! Воротитеся 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, Воротитеся 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!» 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, Tope!

А посуда вперед и вперед По полям, по болотам идет. И чайник шепнул утюгу: «Я дальше идти не могу». И заплакали блюдца: «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 блюдца: «Надо бы вернуться!» И сказали утюги: «Мы Федоре не враги!» 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 блюдца: 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!»