

# Гимнастика с элементами

## логоритмики



Известно: чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивней развивается его речь. Известно также, что формирование движений происходит при участии речи. Она является одним из основных компонентов двигательнo-пространственных упражнений. Ритм речи, прежде всего стихов, поговорок, пословиц, способствует совершенствованию динамической координации, общей и мелкой моторики, облегчает процесс запоминания.

С помощью стихотворной ритмической речи вырабатываются правильный темп речи, ритм дыхания, развиваются речевой слух, речевая и двигательная память.

Предлагаемые вашему вниманию комплексы утренней гигиенической гимнастики-разминки, сопровождающиеся речитативами, рассчитаны на детей разного возраста и различных уровней речевого развития.



## Логопедическая разминка №1

1. Делаем на месте два шага, остановиться, притопнув левой ногой, два раза ударить по бедрам, похлопать в ладоши (повторить шесть - восемь раз).

Топ, топ!  
Хлоп, хлоп!

2. Ходьба в полуприседе, руки на поясе (дети представляют себя котятами, спешащими к маме-кошке).

Тук, тук, тук, тук!  
Моих пяток слышен стук,  
Мои пяточки идут,  
Меня к мамочке ведут.

3. Ходьба на внутреннем своде стопы (дети изображают пингвинов).

Лед да лед, лед да лед,  
А по льду пингвин идет.  
Лед да лед, скользкий лед,  
Но пингвин не упадет.



4. Ходьба на наружном своде стопы (дети - медвежата).

Мишка, мишка косолапый,  
Мишка по лесу идет,  
Мишка хочет ягод сладких,  
Да никак их не найдет.

5. Ходьба с высоким подниманием коленей (дети представляют себя лошадками).

Цок, цок! Конь живой,  
С настоящей головой,  
С настоящей гривой,  
Вот какой красивый!

6. Прямой галоп (выполняя движение, дети щелкают языком).

7. Боковой галоп со сменой направления.

8. Бег с выносом прямых ног вперед. Бу-ра-ти-но.

9. Марш со сменой направления по сигналу (все бодро идут под музыку).

10. Свободная ходьба с упражнениями на дыхание.



## Логопедическая разминка №2

1. Ходьба в колонне по одному (см. первую разминку).

2. Ходьба в полуприседе.

Чок, чок, чок, чок

Наступлю на каблук (повторить шесть-восемь раз).

3. Ходьба с высоким подниманием колена, с хлопком по бедрам.

Возле дома во дворе

Петушок гуляет

И любимую свою

Песню распевает.

4. Ходьба на носках с хлопками над головой.

Ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку (повторить четыре раза).

5. Прыжки с продвижением вперед, руки на пояс.

Скачут зайцы -

Прыг да скок -

На лесной опушке,

А у зайчиков торчат

Ушки на макушке.



**6. Ходьба на внутреннем своде стопы.**

Я, пингвин, не один,  
Нас, пингвинов, стая.  
Мы живем среди льдин  
И не замерзаем.

**7. Ходьба на наружном своде стопы.**

Три медведя шли домой,  
Папа был совсем большой,  
Мама чуть поменьше ростом,  
Я сынок, малютка просто.

**8. Легкий бег на носках (0,5 мин.)**

Побежали наши дети  
Все быстрее, все быстрее,  
Не догонит косолапый...  
Давайте, веселей!

**9. Свободная ходьба.**



## Логопедическая разминка №3

### 1. Свободная ходьба.

На огород мы наш пойдём,  
И овощей там наберём.  
Дорога коротка, узка,  
Идем, ступая, мы, с носка.



### 2. Ходьба в полуприседе.

Дождик, дождик, веселей,  
Капай, капай, не жалей.  
Только нас не замочи,  
Зря в окошко не стучи.



### 3. Ходьба приставным шагом вправо в полуприседе.

И по бордюру мы пойдём  
И приседаем мы на нём,  
Потом обходим деревца  
И пробежимся мы слегка.

### 4. Свободная ходьба.

А что в нынешнем году  
В нашем выросло саду?  
Все мы вам покажем,  
Обо всем расскажем.



## Логопедическая разминка №4 («Медвежата»)

1. Ходьба на носках в среднем темпе, руки за головой.

Мы веселые ребята,  
Наше имя - медвежата.  
Любим лазать и метать,  
Любим прыгать и играть.



2. Ходьба в глубоком приседе.

Мишка шел, шел, шел,  
Землянику он нашел,  
Он присел, попыхтел,  
Землянику всю он съел.



3. Ходьба с высоким подниманием бедра,  
поворотом на 360 градусов.

Мишка шел, шел, шел,  
К тихой речке он пришел,  
Сделал полный поворот,  
Через речку пошел вброд.





4. Прыжки с продвижением вперед.

Мишка шел, шел, шел,  
На лужайку он пришел,  
Он попрыгал на лужайке  
Быстро, ловко, словно заяка.

5. Легкий бег на носках (0.5 мин.)

6. Спокойная ходьба.

## Логопедическая разминка №5

1. Ходьба в полуприседе, хлопки по бедрам.

Вышли уточки на луг  
Кря, кря, кря, кря.

2. Легкий бег на носках.

Прилетел похматый жук -  
Жу, жу, жу, жу.

3. Ходьба с перекатом с пятки на носок или ходьба на носках, руки назад.

Гуси шею выгибают -  
Га, га, га, га.

