

Пальчиковая гимнастика.

(Самомассаж подушечек пальцев)

Вылезли на кочке,
Мелкие грибочки,
Грузди и горькушки,
Рыжики, волнушки,
Даже маленький грибок,

мизинец правой руки
безымянный палец правой руки
средний палец правой руки
указательный палец правой руки
большой палец правой руки

Удивленья скрыть не мог.
Выросли опята,
Скользкие маслята,
Бледные поганки,
Встали на полянке.

мизинец левой руки
безымянный палец левой руки
средний палец левой руки
указательный палец левой руки
большой палец левой руки

Зрит. гимнастика

Мальчик шел, шел, шел.
За грибами пошел.
Справа – мухомор красный
Гриб очень опасный,
Слева - лисичка,
Рыжая косичка
Впереди – волнушка
Розовое ушко
Сзади – гриб - белый
Ешь его смело.

маршировать на месте,
правая рука – в сторону,
посмотреть направо,
левая рука – в сторону,
посмотреть налево,
посмотреть на руки вперед,
повернуть голову назад,
посмотреть назад.

Двигательная гимнастика

Шел гриб-боровик, через лес напрямик (маршируем на месте)
Он грозил кулаком (Сжали пальчики в кулак, «погрозили» кулаком)
Он стучал каблуком (постучали каблуком одной ноги)
Был гриб-боровик не в духе (нахмурили брови, руки на пояс)
И его покусали мухи (похлопали себя по ногам, как будто убиваем насекомых)