

Пальчиковая гимнастика

Вот Уральская гора

Не высока, но хороша.

(пальцы правой руки соединили вместе и опустили вниз так, чтобы косточки оказались вверх)

Есть вершина у горы

(провели подушечками пальчиков левой руки по косточкам правой руки вперед-назад)

Есть подножие горы

(провели подушечками пальцев левой руки по подушечкам пальцев правой руки)

А в горе богатства скрыты

(соединили пальчики левой руки «щепотью», спрятали внутрь ладошки правой руки)

Очень глубоко зарыты.

Дадим мы им название – полезные ископаемые.

Зрительно-двигательная гимнастика

Найдешь ли прекрасней Уральского края.

(руки развели в стороны, посмотрели вправо-влево)

Там тайны, богатства в земле процветают.

(руки опустили вниз, посмотрели вниз)

Там горы в зелёных кудрявых уборах

(руки подняли вверх, соедини над головой, посмотрели на руки)

Высокие волны шумят на просторах

(руки развели в стороны, выполнили волнообразные движения)

Могуч и прекрасен любимый Урал.

(спину выпрямили, руки развели в стороны, руки согнули в локтях, кулачки сжали, посмотрели вправо-влево на сжатые кулачки)

Недаром он гордостью Родины стал.

(руки вытянули вперед, пальцы сжали в кулачки, большие пальцы подняты вверх, посмотрели на руки)