**Приложение**

*Комплекс утренней гимнастики «Рыбки»*

**Вводная часть.**

1. Ходьба.

2. Ходьба обычная, на носках

3. Ходьба с высоким подниманием колен.

4. Ходьба обычная.

5. Ходьба на наружной стороне стопы.

6. Ходьба приставным шагом влево, вправо.

7. Легкий бег.

8. Бег врассыпную.

9. Ходьба в колонне друг за другом.

**Основная часть.**Обще развивающие упражнения.

1. **Плаваю под мостиком,**

**И виляю хвостиком**

И. п.: стоя, ноги вместе, руки опущены.

1 – подняться на носки, руки отвести назад, выполняя плавные движения кистями.

2 – и. п.

2. **Рыбка, рыбка, озорница,**

**Хочет комара поймать**

И. п.: стоя, ноги врозь, руки в стороны.

1 – повороты туловища влево – вправо, хлопок вытянутыми вперёд руками перед собой.

2 – и. п.

3.**Рыбка, рыбка золотая,**

**То ныряет, то всплывает.**

И. п.: ноги врозь, руки на поясе.

1 – наклон туловища вперёд, руки сомкнуты ладонями над головой.

2 -и. п.

4. **У маленькой нашей рыбки**

**Сто серебряных монеток на спинке.**

И. п.: лёжа на животе, руки сомкнуты над головой.

1 – поворот на правый (левый) бок, 2 – и. п.

5. **Вы поплавать захотели?**

Ноги вытянуть назад,

Руки вперёд, мышцы сжать,

**Равновесие держать!** Упражнение "Рыбка"

1 - равновесие лёжа на животе,

2 – расслабление

6. **Рыбки плавают в воде,**

**То зароются в песке.**

И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища

1 – присесть, обхватив руками колени, наклон головы к коленям (группировка),

2 – и. п.

7.**В море синем рыбки**

**Плавают, резвятся.**

**А к большому неводу**

**Подплывать боятся**

Прыжки на двух ногах, руки немного отвести назад

**Заключительная часть**

Упражнение на дыхание **«Рыбка дышит»**

И. п. : стоя, ноги вместе, руки внизу. 1 – руки развести в стороны, поднять плавно вверх, вдох

2 – опускаем руки вниз, на выдохе произносим: «Буль – Буль!»

***Пальчиковая гимнастика***

***Рыбки***

**Рыбки весело резвятся**

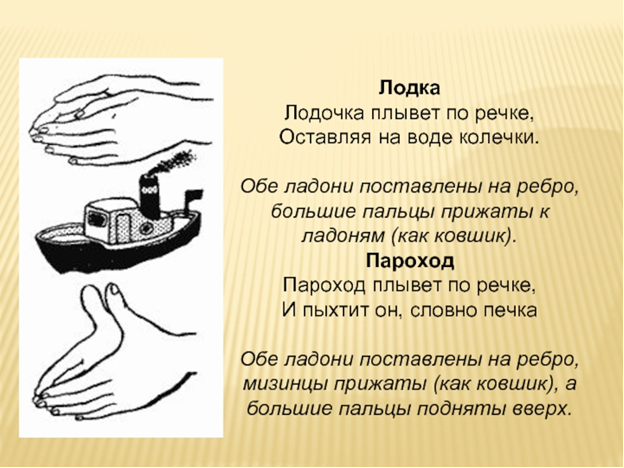
(обе ладошки порознь делают волны)  
**В теплой чистенькой воде.  
То сожмутся, разожмутся,**

(руки сжимаем в кулачки и разжимаем)  
**То зароются в песке**.

(делаем моторчик руками)



***Пальчиковая гимнастика «Лодочка»***



***Артикуляционная гимнастика «Рыбка»***

Рыбка в озере живет

Открывает рыбка рот.

***Артикуляционная гимнастика «Рыбы»***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Речевой материал | Двигательные упражнения |
| 1 | «Пузырьки лопаются» | Беззвучное произнесение [п], темп произнесения то убыстрять, то замедлять |
| 2 | «Хищная рыбка» | Поднимать верхнюю губу, обнажая только верхние зубы |
| 3 | «Рыбка жуёт водоросли» | Имитировать жевание |
| 4 | «Щука» | Выдвигать вперёд нижнюю челюсть, рот открыт, прикусывать верхнюю губу нижними зубами |
| 5 | «Ракушка открывается» | Рот открыт, язык высунуть «лодочкой», держать неподвижно, губы то широко раскрывать, то касаться ими «лодочки» |
| 6 | «Рыбка выглядывает» | Рот открыт, губы в улыбке, поворачивать сильно высунутый изо рта язык вправо и влево так, чтобы его кончик касался уголков рта |
| 7 | «Трусливый малёк» | Широко открывать и закрывать рот, так, чтобы тянулись уголки губ |
| 8 | «Рыбка поёт» | Вытянуть губы «трубочкой» и медленно открыть рот, также медленно закрыть его |
| 9 | «Акула ест» | Имитация жевания с закрытым и открытым ртом |
| 10 | «Рыбка плавает» | Рот открыт, губы в улыбке, высунуть «острый» язык и делать им движения вверх и вниз |

***Физминутка «Пять маленьких рыбок»***

Пять маленьких рыбок плескались в реке.

*(Имитация движения рыб)*

Лежало большое бревно на песке.

*(Развести руки в стороны)*

Первая рыбка сказала: - нырять здесь легко.

*(Имитация ныряния)*

Вторая сказала: ведь здесь глубоко.

*(Грозят указательным пальцем)*

Третья сказала: мне хочется спать.

*(Руки сложить под ухо)*

Четвертая стала чуть-чуть замерзать.

*(Потереть кистями плечи)*

Пятая крикнула: здесь крокодил,

*(Руками имитируют пасть крокодила)*

Плывите скорее, чтоб не проглотил.

*(Убегают)*

***Динамическая пауза «Разбудим рыбку»***

Ночью темень, ночью тишь

Рыбка, рыбка, где ты спишь?

Подойдем мы к ней, разбудим.

И посмотрим, что же будет.

***Пальчиковая игра «Лодочка»***

Две ладошки прижму,

И по морю поплыву.

*(Делать волнообразные движения руками – «лодочка плывёт»)*

Две ладошки, друзья, -

Это лодочка моя.

*(У соединенных вместе рук в форме «лодочки» поднять вверх большие пальцы)*

Паруса подниму,

*(Продолжить волнообразные движения руками – «лодочкой»)*

Синим морем поплыву.

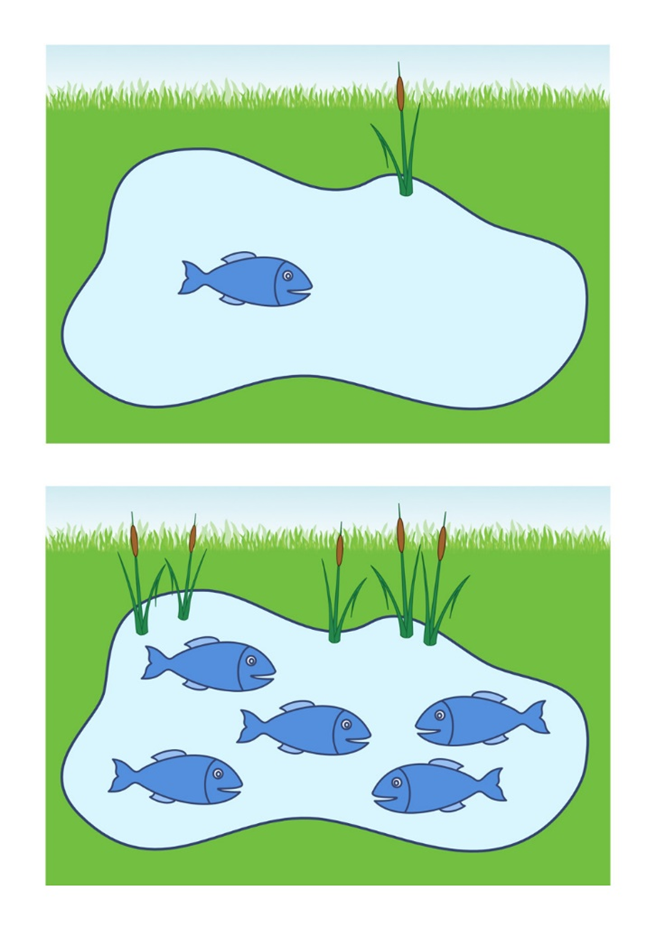
*(Полностью соединить друг с другом две ладошки для имитации рыбок и снова волнообразные движения – «рыбки плывут»)*

А по бурным волнам.

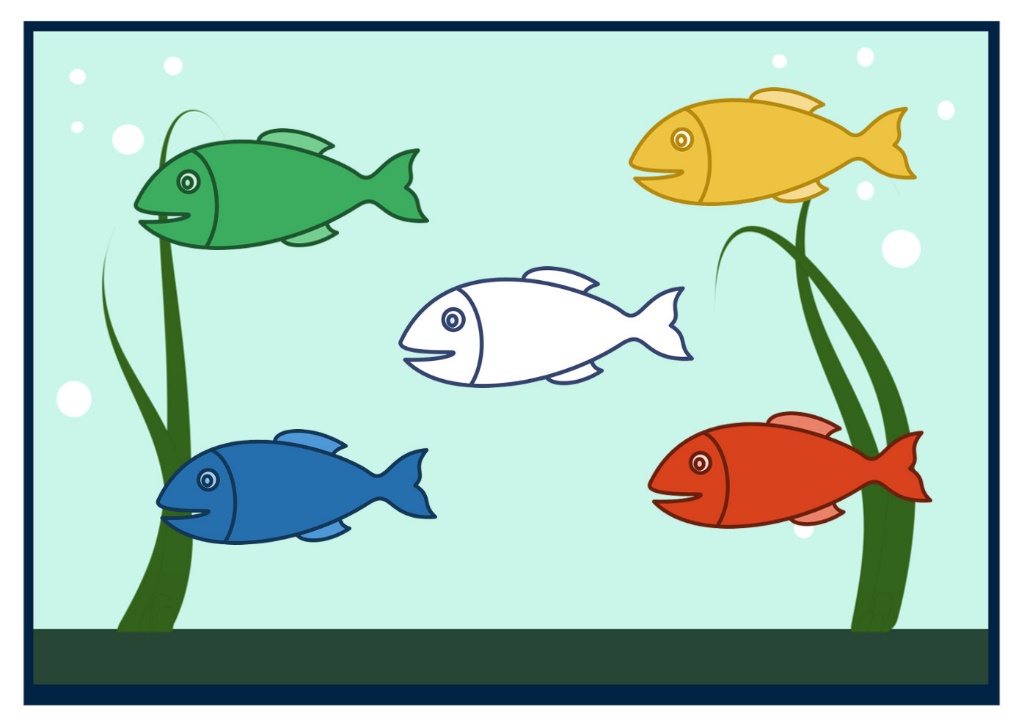
Плывут рыбки тут и там.

***Дидактическая игра «Одна рыбка – много рыбок»***

**-** *Посмотрите на картинку. В каком озере плавает много рыбок? В каком озере плавает она рыбка?*

**

***Дидактическая игра с пуговицами «Разные рыбки»***

*- Посмотрите, сколько рыбок плавает в аквариуме? Много рыбок. Покажите больших рыбок. Маленьких. Синих. Красных. Зеленых. Желтых. Белых. А теперь разложите пуговицы на рыб подходящего цвета и величины.*

