

неделя	Тема недели.	Дыхание	Ориентирование в схеме тела	Координация речи с движением
I	ПРАЗДНИКИ			
II	Одежда. Обувь.	«Погреемся» Исх. положение: стоя, ноги вместе, руки в стороны, на вдохе быстро скрестить руки перед грудью, произнося на выдохе: «У - х - х, (вдох), затем на выдохе: «Ух-ух-ух», затем вернуться в исходное положение.	Детям предлагается выполнять прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами: — ноги вместе — руки врозь; — ноги врозь — руки вместе; — ноги вместе — руки вместе; — ноги врозь — руки врозь.	«Одеваемся на прогулку» <i>Изобразить с движениями:</i> «Шапки, шубы мы надели, и шарфы мы повязали. Обувь на ноги обули, рукавицы в руки взяли. Надевали, надевали, на прогулку побежали».
III	Зимние забавы	Сделать полный выдох, набрать воздух медленно через нос, следя за тем, чтобы передняя брюшная стенка все больше выдавалась вперед затем начать выдох ртом с подтягиванием брюшной стенки; в конце выдоха опускается грудь. Вдыхать и выдыхать плавно, избегая толчков.	Четыре стихии. Дети сидят (стоят) в кругу. П. договаривается с ними, что если он скажет слово земля, все должны присесть. Слово вода вытянуть руки вперед. Слово воздух поднять руки вверх. Слово огонь произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах.	«Сугроб» Снег с берёзы повалился (<i>руки полусогнуты в локтях на уровне груди, кистями рук поочерёдные махи сверху вниз</i>) На Андрюшку комом – хлоп (<i>вращательные движения кистями рук вокруг общей оси</i>) Из Андрюшки получился (<i>присесть на корточки</i>) Замечательный сугроб (<i>обвести широко руками над головой и в стороны</i>)
IV	Я и моё тело.	«Лыжники» Имитация движений лыжника. Правая рука, правая нога – вдох, левая рука, левая нога – выдох.	Повороты в стороны. Ноги на ширине плеч; поднять прямые руки в стороны на уровне плеч ладонями вниз: поворот влево- левая рука движется назад, правая рука лежит на области сердца; поворот вправо правая рука назад, левая на сердце и т.д. Голова также поворачивается вместе с туловищем.	Вверх ладошки! Хлоп! Хлоп! по коленкам -шлёп, шлёп! По плечам теперь похлопай! По бокам себя пошлёпай! Можем хлопнуть за спиной! Хлопаем перед собой! Вправо можем! Влево можем! И крест-накрест руки сложим!

V	Домашние животные	На выдохе произносится 4 звука (каждый длительно-стью на 1-2-3): Ф, С, Ш, Х.	«Лабиринт» Ребенок обходит мячи с продвижением вперед: справа, слева от мяча, над ним. Обязательным условием является проговаривание вслух своих действий.	Цок, цок, цок, цок! Я лошадка серый бок! (поочерёдное топанье одной ногой, затем другой) Я копытцем постучу (ходьба на месте) Если хочешь, прокачу! (лёгкий бег на месте) Посмотри, как я красива, хороши и хвост, и грива (покружились) Цок, цок, цок, цок! Я лошадка серый бок! (поочерёдное топанье одной ногой, затем другой)
---	--------------------------	--	--	---

ФЕВРАЛЬ

СТАРШАЯ ГРУППА

неделя	Тема недели.	Дыхание	Ориентирование в схеме тела	Координация речи с движением
I	Животные холодных стран	«Тюлень». Встать прямо. Сделать выдох, а затем вдох и начать выдох на звуке Ф. Следить за тем, чтобы не надувались щёки, выдыхаемая струя выходит только через щель, образованную зубами и нижней губой. Вдох делать носом, губы при вдохе сомкнуты.	Руки сжаты в кулаки, большой палец вытянут. Поворачивать сжатые кулачки влево, вправо, большими пальцами вверх, вниз. Глазами следить за большими пальцами.	«Юрта». Юрта, юрта круглый дом (<i>прыжки на месте</i>). Побывайте в доме том! (<i>Развели руки в стороны</i>). Гости явятся едва (<i>повороты туловища влево - вправо</i>). В печку прыгают дрова (<i>прыжки на месте</i>). Печка жарко топится (<i>хлопки в ладоши</i>). Угостить торопится (<i>присели</i>).
II	Зима недаром злится	Произносить на одном выдохе звуки: «Т-т-т-т, д-д-д-д», а затем слоги: «Та-да-та-да, ты-ды-ты-ды, тук-тук-тук».	Хлопок в ладоши, хлопок кулака о ладонь, хлопок, хлопок ладони о кулак (поза меняется на противоположную).	Отстукивание простых рисунков рисунков мячом.

III	Защитники страны мы Родине верны. (Мужские профессии)	«Пропеллер» Губы сближены, струя воздуха направлена через узкую щель. Ребёнок рассекает движениями указательного пальца струю из стороны в сторону.	Хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены, хлопок, хлопок с партнером левая-правая, хлопок, хлопок с партнером правая-левая.	«Плотники» Дети берутся попарно за руки. Подражая движению пилльщиков, говорят слова: «Пили, пила, пили живей – движения одной рукой. Мы строим домик для зверей – движения другой рукой. В нём серый зайчик будет жить – движения двумя одновременно. И с нами будет он дружить – движения двумя поочередно».
IV	Домашние птицы	Дети стоят, ноги на ширине плеч, руки за голову. Вдох – руки в стороны, живот надуть. Выдох – руки соединить, живот сдуть.	Передвижение передом (лицом вперед), а затем задом (спиной вперед) с прямыми ногами при помощи попеременных движений ног и ягодиц.	Раз- два, шли утята (шагать вперёд) Три-четыре, шли домой (шаги на месте) Вслед за ними плёлся пятый (шагать вперёд) Впереди бежал шестой (шаги назад) А седьмой от всех отстал (шаги на месте) Испугался, закричал (повернуться вокруг себя) Где вы, где вы (потянуться на носочках) Мы тут рядом, поищи (разбегаются в разные стороны)

неделя	Тема недели.	Дыхание	Ориентирование в схеме тела	Координация речи с движением
I	Мама лишь одна бывает	«Не разбуди маму». Глубокий вдох носом, длительный выдох. На выдохе произносить «т-с-с», приложив палец к губам и ощутив холодную воздушную струю.	Прыжки с попеременной сменой ног – правая впереди, левая сзади, затем наоборот.	Мыло бывает разным-преразным (<i>дети в парах идут по кругу, держась за руки</i>) Синим, зелёным, оранжевым, красным (<i>повернувшись друг к другу, хлопают в ладоши</i>) Но не пойму, отчего же всегда (<i>дети в парах идут по кругу, держась за руки</i>) Чёрной-пречёрной бывает вода (<i>повернувшись друг к другу, хлопают в ладоши</i>)
II	Встреча Весны.	«Медведь проснулся». Открывать рот с глубоким вдохом (имитация зевания).	Канатоходец. Ребенок канатоходец имитирует проход по канату (он идет по прямой воображаемой линии по полу или по скакалке), скользит и балансирует, ищет равновесия.	Дети сидят на корточках по кругу. Раз, два, три, четыре (<i>приподнимаются на счёт</i>) Заяц уши оттопырил (<i>изобразить «уши»</i>) Вот он серый волк, волк (<i>шагают вперёд</i>) Он зубами щёлк, щёлк (<i>прыжки вперёд-назад</i>) Зайка, я, и ты, и ты (<i>шаги назад</i>) Быстро прячемся в кусты (<i>меняются местами</i>).
III	Книга	Длительное лёгкое дутьё на раскрытую ладонь.	Ползание на спине: при помощи рук и ног; только рук; только ног (одновременные и попеременные движения правой и левой конечностей).	Дети встают в круг, берутся за руки - «Раздувайся, пузырь, раздувайся, тугой, оставайся такой, да не лопайся». Произносятся слова, дети постепенно расширяют круг. После слов «пузырь лопнул», дети опускают руки, говорят «пух» и бегут в круг
IV	День театра	Сделать быстрый вдох и на одном выдохе произносить несколько раз подряд «п-п-п-п-п». Грудную клетку не сжимать, должны работать губы	Чередование прыжков: ноги врозь и ноги скрестно поочередно правая и левая нога впереди.	Тики-так, тики –так, так ходики стучат (<i>наклоны влево-вправо</i>). Туки-так, туки-так, так колёса стучат (<i>руками описывать круги и одновременно шагать на месте</i>) Токи-ток, токи-ток, так стучит молоток (<i>приседания</i>) Туки-ток, туки-ток, так стучит каблучок (<i>по 4 удара сначала правой, затем левой ногой</i>)

неделя	Тема недели.	Дыхание	Ориентирование в схеме тела	Координация речи с движением
I	Пробуждение природы. Насекомые	Произносить на одном выдохе следующие согласные: жжжжжжжж – зззззззз – ньньньньньньнь (ощутить звучание в передних зубах).	«Голова-мяч» Дети разбиваются на пары и садятся на корточках или встают на коленях друг напротив друга. Поместить мяч между головами. Теперь нужно его поднять и встать самим. Касаться мяча только головами. Пройтись по залу с мячом.	Паучок приседал, приседал (<i>приседания</i>) И нечаянно лапку сломал (<i>стоя на одной ноге, второй, слегка согнув, болтать в воздухе</i>) В городскую лавку сходил (<i>прыжки на одной ноге</i>) И другую лапку купил (<i>постучать «сломанной» ногой по полу</i>)
II	Космос	«Ракета». Глубокий вдох через нос, руки медленно поднять через стороны вверх. Ладони свести вместе. плотно прижав друг к другу, подняться на носки, потянуться вверх, задержав дыхание.	«Сороконожка». Дети зажимают между спиной одного животом другого мячи (мягкие игрушки, пластиковые бутылки) и передвигаются по площадке, стараясь не уронить мяч. Скорость можно увеличивать. Кто уронит – выбывает из игры.	Большая жёлтая луна (<i>руки обводят круг</i>) Восходит в небе звёздном (<i>руки вверх</i>) Свой яркий луч мне шлёт она (<i>руку приложить «козырьком»</i>) И шепчет: - Очень поздно! (<i>палец приложить к губам</i>) Луна встаёт (<i>руки вверх</i>) А мне в кровать и до утра придётся спать (<i>руки под голову, глаза закрыты</i>)
III	Земля наш общий дом. Труд людей весной.	Ходьба в различных направлениях с одновременным глубоким дыханием в произвольном темпе.	«Репка» и.п. на корточках, колени в стороны, плотно сомкнутые в ладонях руки упираются в пол между ногами. Из этого положения репка медленно растёт до полного выпрямления ног. Затем сомкнутые ладони медленно поднимаются до уровня груди, разворачиваются пальцами вверх и поднимаются несколько выше головы. Там ладони размыкаются и разводятся в стороны; репка выросла, ее листья (ладони) ловят солнышко.	Ой, ду-ду, ду-ду , ду-ду (<i>потягиваться на цыпочках</i>) Потерял пастух дуду (<i>топать носочками, не отрывая пяток</i>) А я дудочку нашла (<i>присесть и разводить руки в стороны</i>) Пастушку я отдала (<i>хлопки над головой</i>)

IV	Животные жарких стран	<p>«Слон пьёт воду». Вытянуть губы широкой трубочкой и сделать вдох (под счёт «раз», «два», «три»), затем выдох (под счёт от «одного» до «пяти»).</p>	<p>«Дракон» Дети изображает дракона, облетающего дозором свои владения: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, пружинят в такт рукам-крыльям. Затем он приземляется на остров и начинает размешивать хвостом море.</p>	<p>Жирафа (<i>рука вверх</i>) пожалела (<i>погладить себя по голове</i>) Жанна (<i>показать рукой на девочку</i>) Большой (<i>руки в стороны</i>), а ходит без пижамы (<i>обнять себя руками</i>) Вот нитки (<i>вращат. движения рук</i>), ножницы (<i>пальцами показать ножницы</i>), вжик, вжик (<i>«резать» пальцами, как ножницами</i>) Ему пижаму сшила вмиг (<i>руками показать движения иголки с ниткой</i>) Но с грустью увидела Жанна (<i>потереть «плачущие» глаза</i>) Жираф велик (<i>обе руки потянуть вверх</i>), мала пижама (<i>обнять себя руками</i>)</p>
----	------------------------------	---	--	---

неделя	Тема недели.	Дыхание	Ориентирование в схеме тела	Координация речи с движением
I	Вода - источник жизни. Рыбы.	«Рыбки резвятся» Сочетание дыхательных движений с движением рук. Сложенными вместе ладошками имитировать выпрыгивание рыбок из воды. Движение вверх – вдох, задержать дыхание, движение вниз – выдох.	Ноги и руки вытянуты вверх перпендикулярно полу и перекрещены Х-образно; одновременно оттягивается вверх носок ноги и кисть.	«Улитки» (сопровождать речь движениями) Улитки ползут, свои домики везут, рогам шевелят, на рыбок глядят, рыбки плывут, плавничками гребут, влево – вправо поворот, а потом наоборот.
II	День Победы	Дети сидят на корточках. Поднимаются вверх небольшими рывками, каждый раз делая короткий вдох (4-5 рывков). Распрямившись, руки резко вверх и резкий растянутый выдох	Прошагать ряд чисел. Пример: 2 шага вперёд – 1 назад. 3 шага вперёд – 2 назад. 4 шага вперёд – 3 назад и т.д.	Дети садятся попарно напротив друг друга. Педагог произносит гласные типа А_А О... На первые два звука дети стучат по мячу, на третий катят мяч друг другу. (звук повторяется детьми)
III	Цветы	Одуванчик Соединить две кисти руки в форме шара. затем подуть на «шар одуванчика» и развести кисти в стороны, хаотично шевеля при этом пальцами – «разлетаются пушинки.	Подними ладошки выше и сложи над головой, что же вышло - ? вышла крыша, а под крышей мы с тобой	«Цветок» У нас в саду расцвёл цветок. Чтоб стал красив он и высок, раскрыл наутро лепестки, должны работать корешки!(цветок – цветок раскрылся, корешки – Ткаченко, логоупражнения, стр.45)
IV	Азбука безопасности	«Мотылёк, журавль, жаба». Дети перемещаются по залу. На команду «мотылёк» - активные взмахи руками; на команду «журавль» - приостановка и удерживание равновесия на одной ноге; на команду «жаба» - прыжки на четвереньках – сначала на руки, потом на ноги с произношением на выдохе «ква-ква-ква».	Руки вверх мы поднимаем, а потом их опускаем, а потом их разведём, и скорей к себе прижмём. Хлоп раз, ещё раз, мы похлопаем сейчас! А теперь скорей, скорей, хлопай, хлопай веселей!	«Мостик» Над бурливую рекой мост построим мы такой, люди по нему пройдут и лошадок поведут (Река-мост-лошадка. - Ткаченко, логоупражнения, стр.45) «Карусели» Пальцы обеих рук переплести в замок. Большие пальцы свободно вращать к туловищу и обратно.
V	Игра, ребёнок, движение.			

