

Картотека артикуляционной, дыхательной и пальчиковой гимнастики по теме «Безопасность»

Артикуляционная гимнастика

Сказка «Веселая прогулка»

Жил был язычок в своем домике. Проснулся он рано утром, открыл окошко, посмотрел, какая погода, потом опять в домик спрятался.

«Окошечко»



Улыбнуться, открыть рот; сильно высунуть язык и затем спрятать его, рот не закрывать. Повторить 3-4 раза.

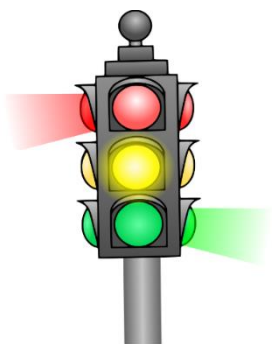
Захотел язычок пойти в парк, но ему нужно было перейти дорогу, стал язычок смотреть налево и направо, есть ли там машины.



«Путь через дорогу»

Улыбнуться, открыть рот, тянуться язычком то к левому углу рта, то к правому. Повторить 6-8 раз.

После этого увидел язычок светофор, у которого сверху вниз разные огни горят, стал язычок на них смотреть: красный желтый зеленый.



«Светофор»

Улыбнуться, открыть рот, поднять язык к носу, затем опустить к подбородку. Повторить 4-5 раз.

Дождался язычок зеленый сигнал светофора и перешел улицу, пришел в парк гулять и стал играть в мяч.



«Загоним мяч в ворота»

Рот закрыт, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щеку так, чтобы под щечкой надувать «мячик».

Дыхательная гимнастика



«Регулировщик»

Встать прямо, ноги на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук и во время удлиненного выдоха произносить «р-р-р-р-р». Повторить 5–6 раз:

Верный путь он нам покажет,
Повороты все укажет.



«Светофор»

И.п. сидя, ноги сдвинуть вместе. 1 – поднимание рук в стороны (вдох); 2 – медленное опускание рук с длительным выдохом и произнесение: «С-с-с!». Повторить 4-5 раз:

Светофор – самый главный на дороге,
не бывает с ним тревоги.



«Шину прокололи»

Сделать легкий вдох, выдыхая, показать, как медленно выходит воздух через прокол в шине - "ш-ш-ш".



«Насос»

Дети стоят. Скользя руками вдоль туловища, наклоняться поочередно вправо и влево. Наклоняясь, выдох с произнесением звука «sss...», выпрямляясь – вдох. Повторять 4-6 раз:

Это очень просто –
Покачай насос ты.
Направо, налѐг...
Руками скользя,
Назад и вперѐд
Наклоняться нельзя.
Это очень просто –
Покачай насос ты.

«Лезем по пожарной лестнице»

И.п.: о.с. 1 – вдох, руки вверх, пальцы врозь, подняться на носки; 2 – руки вниз, согнуть в локтях, кисть в кулак, опуститься на всю стопу, на выдохе произносить: «Ух!». Повторить 3-4 раза.



«Направляем огнетушитель на огонь»

И.п.: о.с. 1 – вдох, руки вперед; 2 – повернуть туловище и вытянутые руки вправо, ладони соединить, на выдохе произносить: «Ш-ш-ш!»; 3 – вдох, руки вперед; 4 – повернуть туловище и вытянутые руки влево, ладони соединены, на выдохе произносить: «Ш-ш-ш!». Повторить 2-3 раза.



«Затушим горящие угольки»

И.п.: о.с.1 – вдох, втянуть живот; 2 – рот трубочкой, живот выпятить, на выдохе произносить: «Ф-ф-ф!». Повторить 3-4 раза.

«Заглянем в щели»

И.п.: сед с опорой на пятки. 1 – вдох, руки в стороны; 2 – наклон туловища вперед, опора на предплечья, на выдохе произносить: «У-у!». Повторить 3-4 раза.

«Вышли из горящего дома – вздохнем поглубже»

И.п.: о.с. 1 – вдох, руки через стороны поднять вверх, подняться на носки; 2 – руки опустить вниз, встать на стопу, на выдохе произносить: «А-а-а-х!». Повторить 3-4 раза.

Пальчиковая гимнастика

«Правила дорожного движения»



Красный – он один такой.

Погрозили указательным пальцем — вперёд-назад.

Не иди,

Погрозили указательным пальцем влево-вправо.

А просто стой!

Указательный и средний пальцы правой руки вниз.

Жёлтый – всё ещё стоим

Указательный и средний пальцы левой руки вниз.

И внимательно следим.

Поднять вверх указательный палец.

А зелёный подмигнёт –

Подмигнуть.

И свободен переход!

Обе руки повернули в одну сторону — «пропускающий» жест.

«Мой город»



Город – это улицы,
Проспекты и дома,
Площади, музеи,
Парков тишина,
Блеск огромных стекол,
Праздничных витрин,
Быстрое движение
Прохожих и машин.

Ладонь правой руки лежит на столе; производить поочередные постукивания пальцами по столу.

Ладонь левой руки лежит на столе; производить поочередные постукивания пальцами по столу.

Разводить пальцы в стороны и соединять.

Круговые движения руками, согнутыми в локтях.

Указательные и средние пальцы бегут по столу, остальные сжаты в кулак.