

САМОМАСС

АЖ

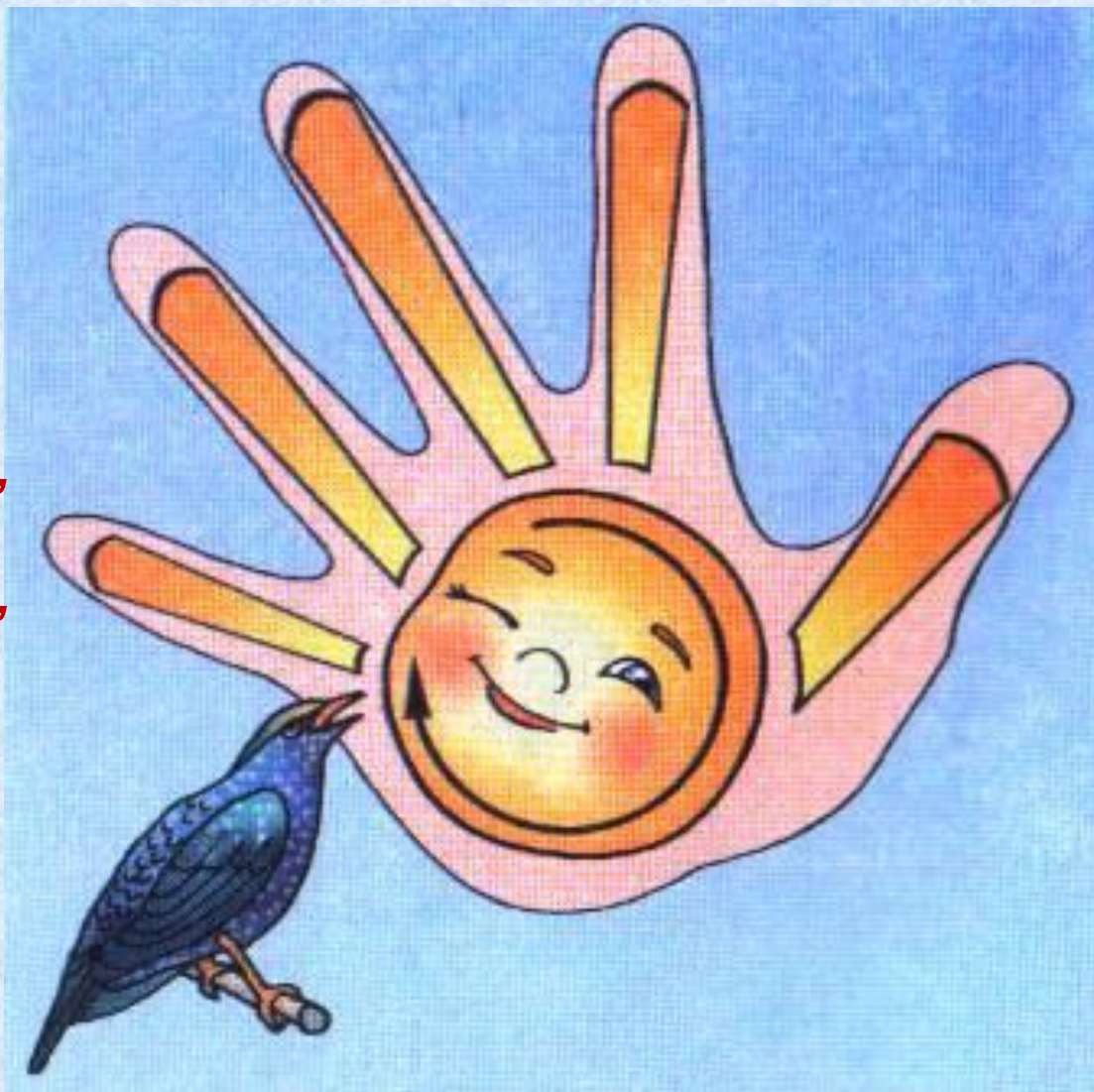


Автор: учитель-логопед
Тишинская Алла Евгеньевна
МАОУ Слобода – Бешкильская СОШ

Комплекс
СОЛНЫШКО ПРОСНУЛОСЬ

Упражнение 1.

**Ладонка – это солнышко,
А пальчики – лучи.
Поет о солнце скворушка,
Кричат о нем грачи.**

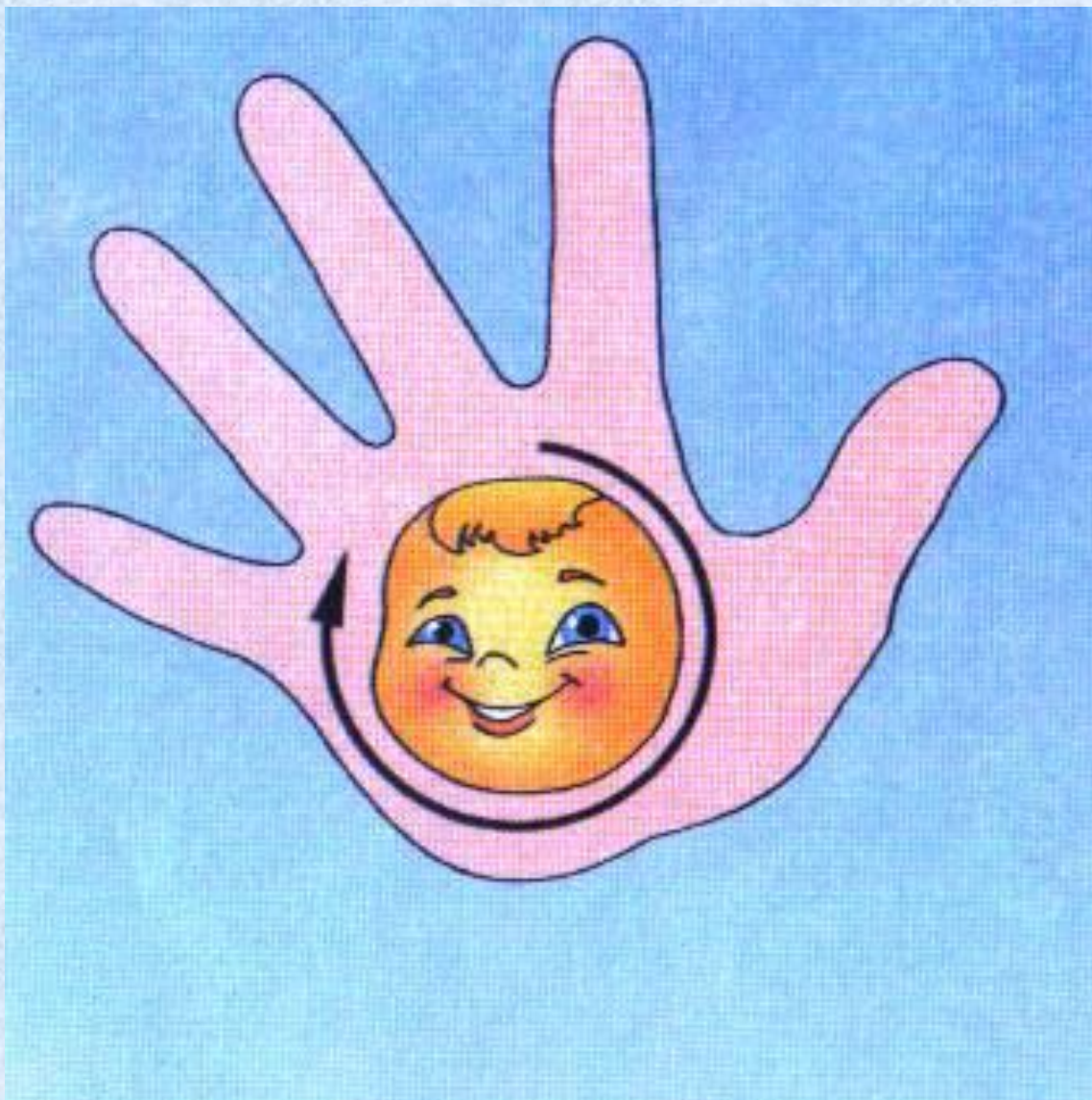


Поглаживать левую ладонь пальцами правой руки. Поочередно поглаживать пальцы
НАПРАВЛЕНИЕ ДВИЖЕНИЙ (НД) – от кончиков пальцев к основанию.
Сомкнуть пальцы и соединить их кончики с кончиком большого пальца («клюв закрыт»), затем
сомкнутые пальцы немного приподнять, а большой палец – опустить («клюв открыт»).

Комплекс
СОЛНЫШКО ПРОСНУЛОСЬ

Упражнение 2.

**Солнышко милое,
Поделись своей силою!
Просыпайтесь, лучики,
Согревайтесь, рученьки.**



Поглаживать правую ладонь пальцами левой руки. Поочередно растирать пальцы.
НД – от кончиков пальцев к основанию.

Комплекс
СОЛНЫШКО ПРОСНУЛОСЬ

Упражнение 3.



**Пальцы-лучики проснулись,
Наклонились, потянулись,
Быстро встали на зарядку,
рассчитались по порядку.**

Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их. Поочередно поглаживать и называть пальцы.
НД – от кончиков пальцев к основанию.

*Комплекс
СОЛНЫШКО ПРОСНУЛОСЬ*

Упражнение 4.

*Солнышко проснулось,
Лобика коснулось,
Лучиками провело,
И погладило, и погладило.*

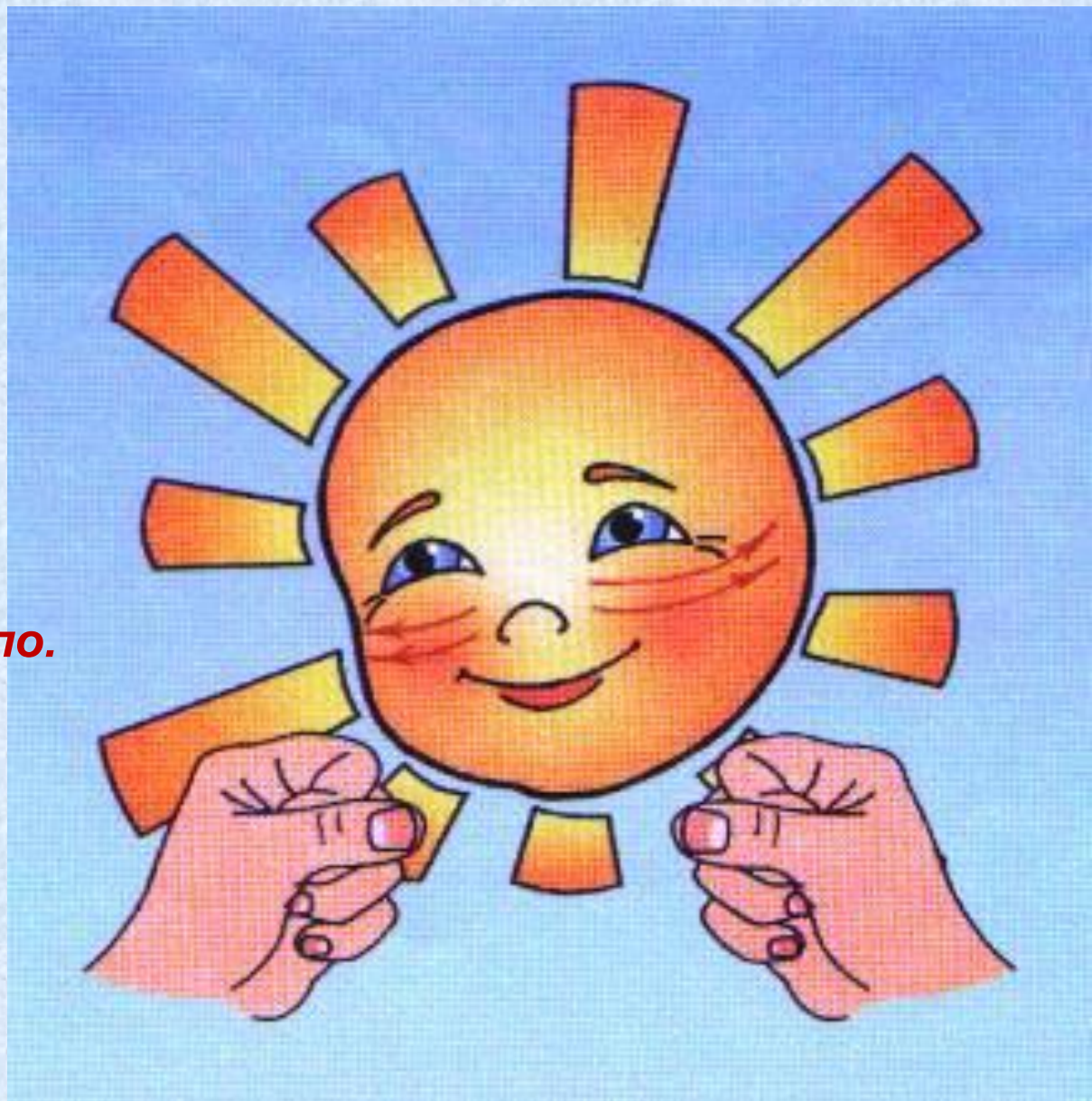


*Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их. Проводить пальчиками обеих рук по лбу.
НД – от середины лба к верхней части ушей.*

Комплекс
СОЛНЫШКО ПРОСНУЛОСЬ

Упражнение 5.

**Солнышко проснулось,
К щечкам прикоснулось,
Лучиками провело,
И погладило, и погладило.**

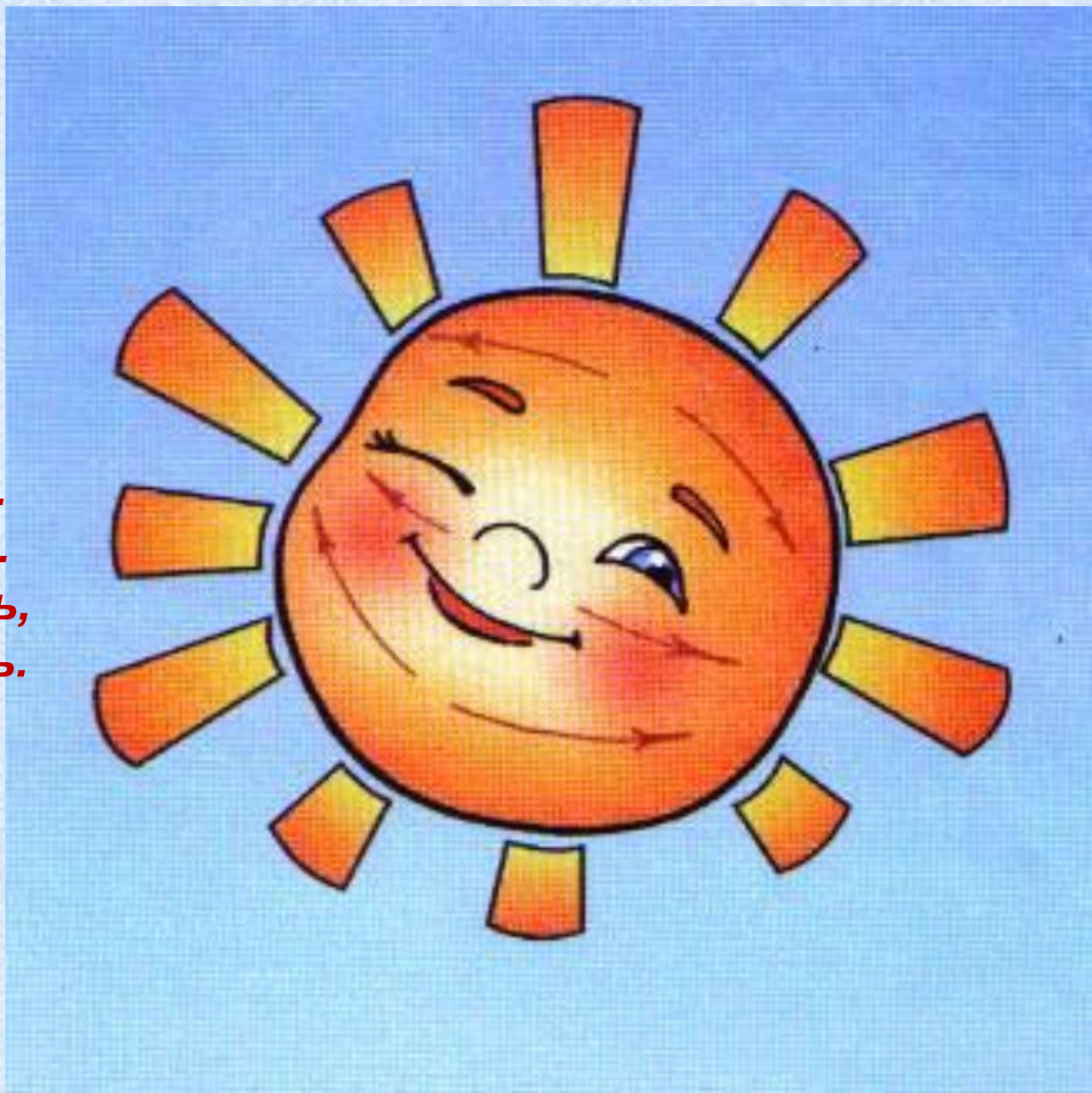


*Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их. Проводить пальчиками обеих рук по щекам.
НД – от носа к средней части ушей.*

Комплекс
СОЛНЫШКО ПРОСНУЛОСЬ

Упражнение 6.

**Солнце личико созрело.
Потеплело, потеплело.
Наши ручки потянулись,
Наши губки улыбнулись.**



Поглаживающие движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей. Потянуться руками вверх, улыбнуться.

Комплекс ВЕСНА

Упражнение 1.

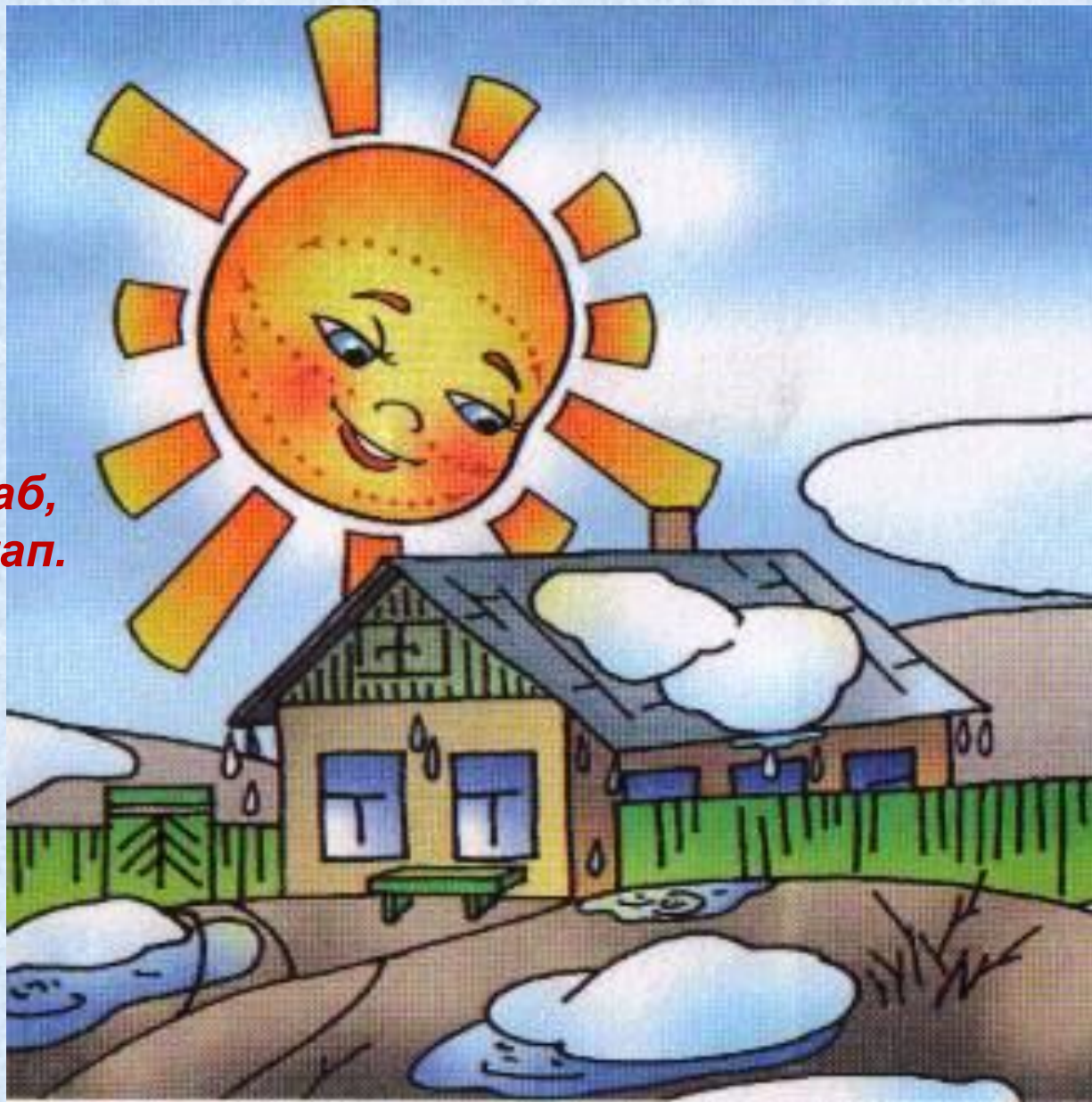
***Мы весну встречаем
С первыми ручьями.
Они весело бегут,
Звонко песенку поют.***



Поглаживающие движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей.

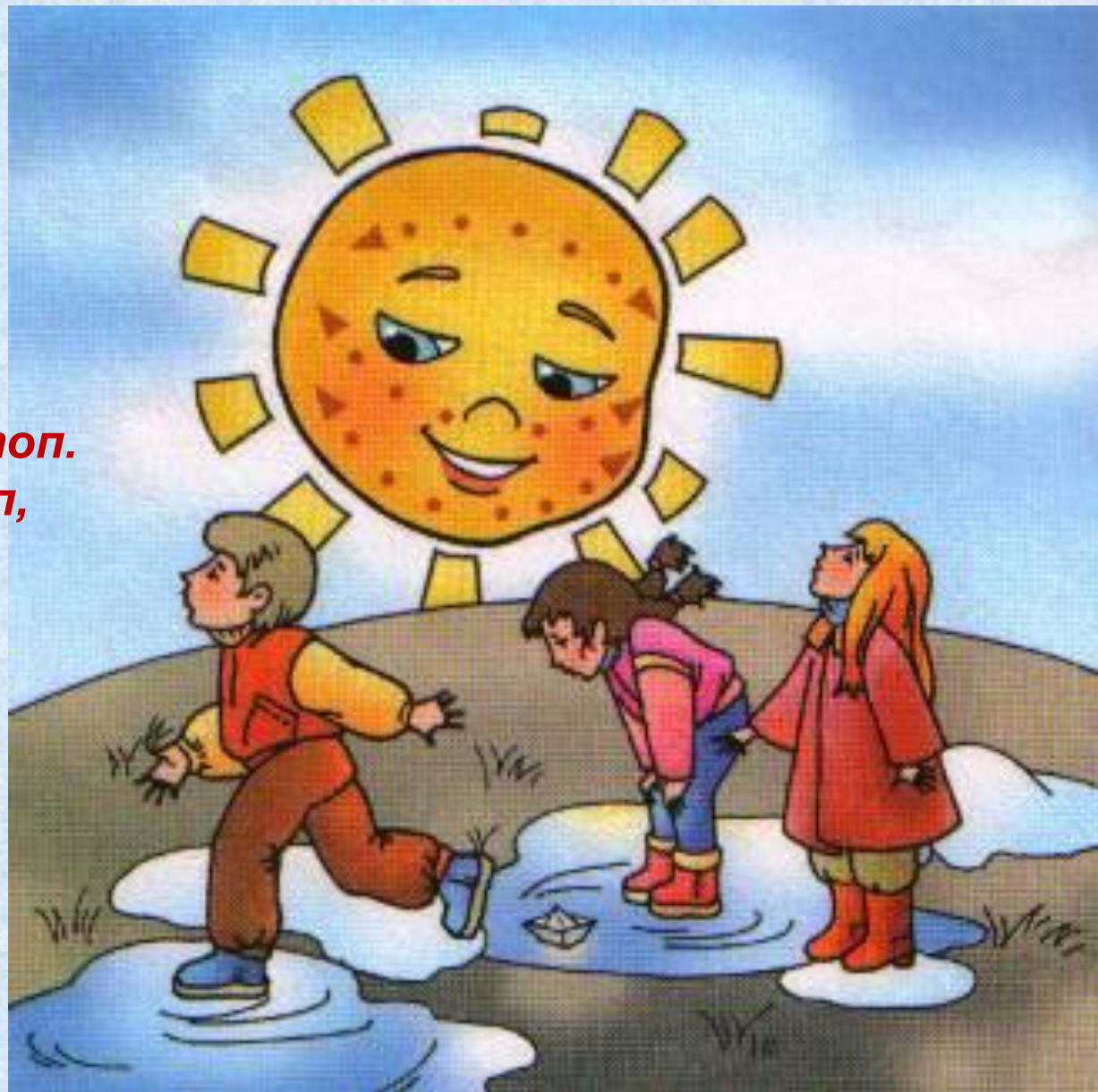
**Первые капли
В полдень зазвенели.
Стал мороз весной слаб,
Снегу жарко: кап, кап, кап.**



Постукивающие движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей.

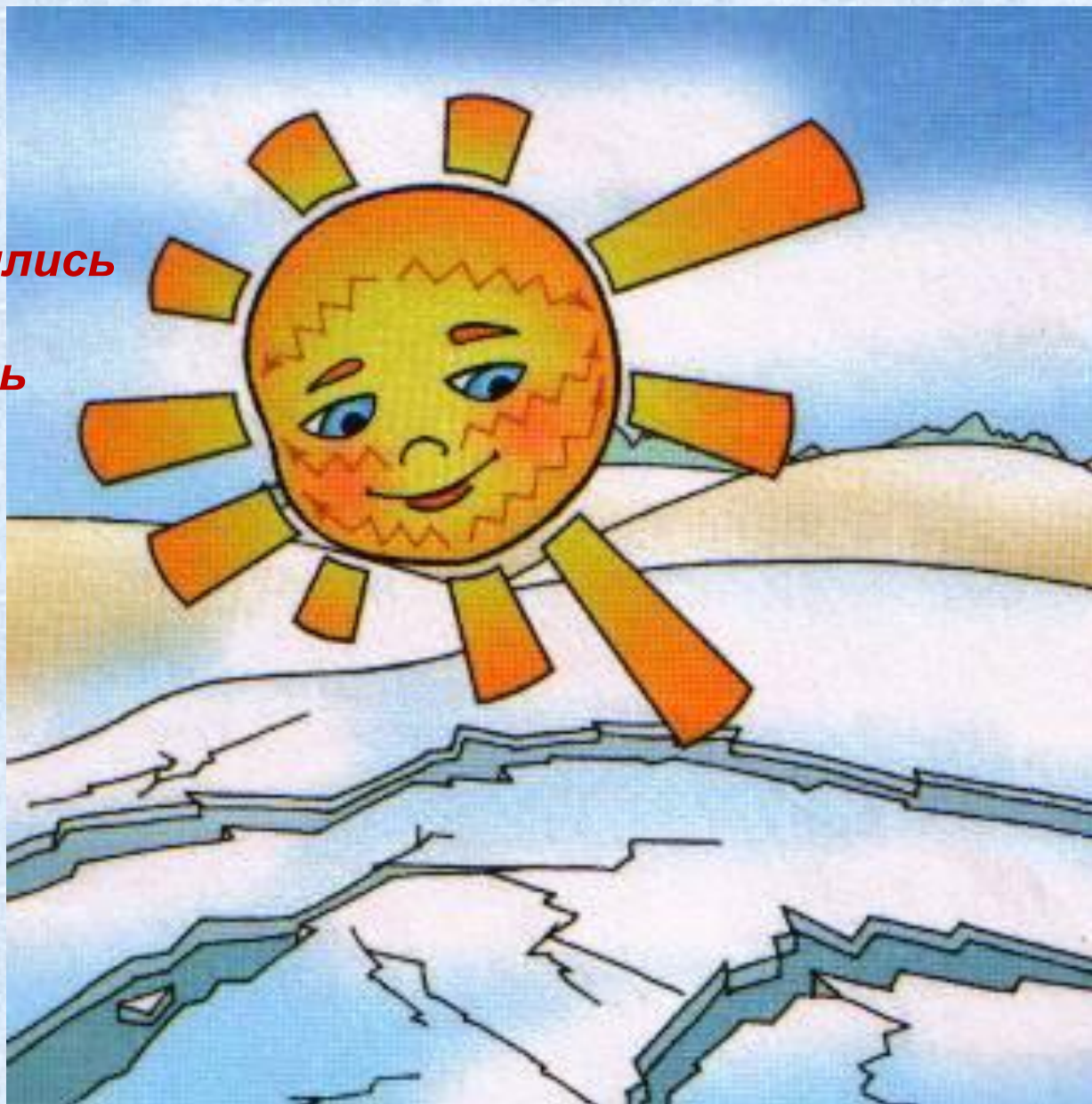
**Шлёпаем по лужам
После зимней стужи.
Каждый год весной потоп.
Под ногами: шлёп, шлёп,
шлёп.**



Похлопывающие движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей.

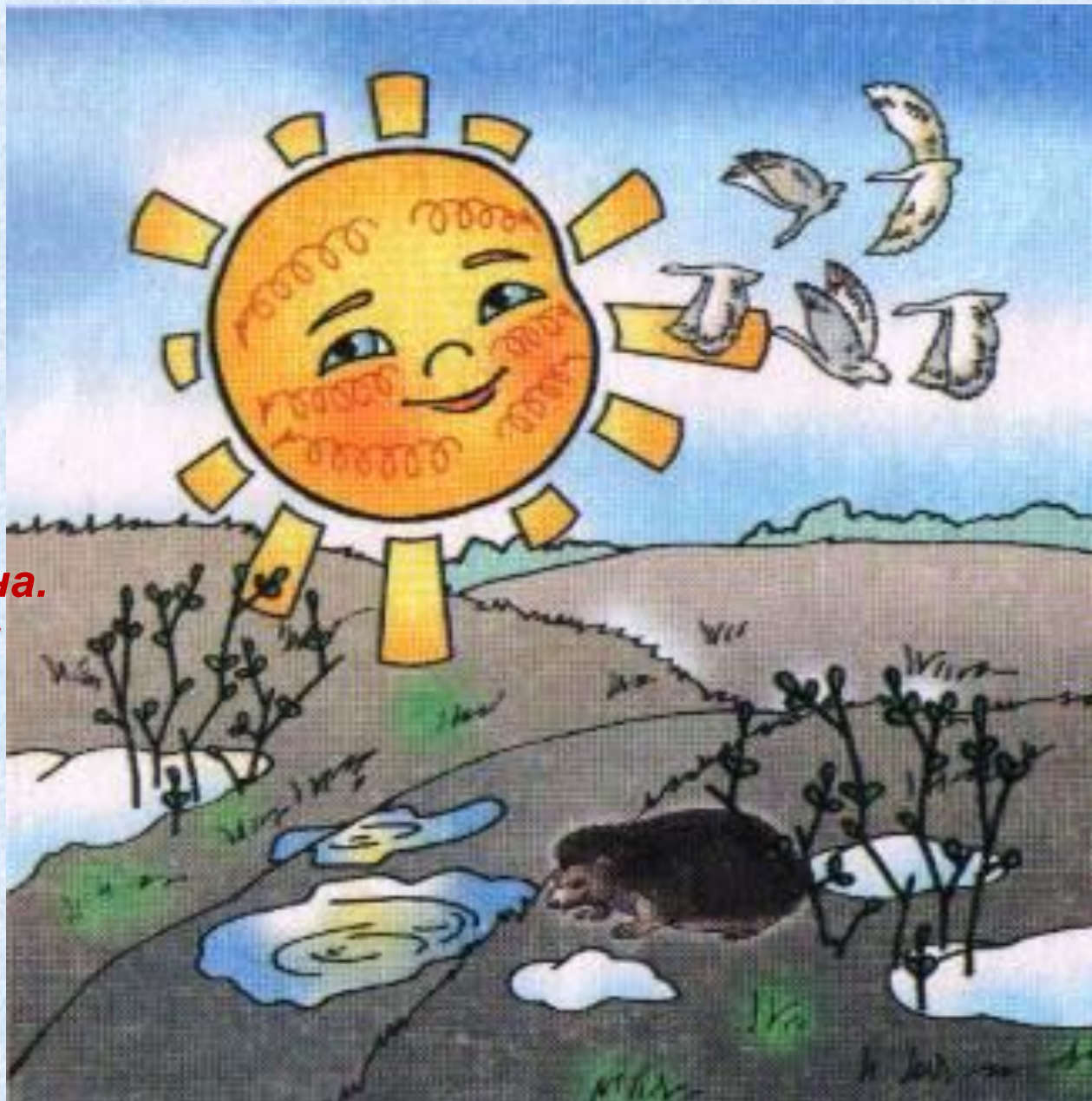
**Льдинки звонкие разбились
И поплыли по реке,
И сережки распушились
На осине и ольхе.**



Зигзагообразные движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей.

**Обогрела всех весна,
Пробудился лес от сна.
Все, кто спал, весной
проснулись.
Птицы с юга к нам
вернулись.**



Спиралевидные движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей.

Комплекс ВЕСНА

Упражнение 6.

**Землю солнышко согрело,
И трава зазеленела.
День весенний стал длиннее,
Небо ярче и синее.**



Поглаживающие движения.

НД – от середины лба к верхней части ушей, от носа к средней части ушей, от середины подбородка к нижней части ушей.

Литератур

а:

