

Проведем время с пользой

Движение – жизнь

Пассивно-активный массаж пальцев рук

1) Упражнение выполняет взрослый, интенсивно растирая пальцы ребенка, сопровождая действия любой потешкой.

«Этот пальчик дедушка...»

Этот пальчик – дедушка.

Этот пальчик – бабушка.

Этот пальчик – папочка.

Этот пальчик – мамочка.

Этот пальчик – я.

Вот и вся моя семья!

Поочередно растираем пальцы, начиная с большого.

Растираем ладонь

Для снятия напряжения после упражнения можно подуть на ладони ребенка, или положить их на колени, на прохладную поверхность стола

2) Упражнения с массажными мячами выполняем с сильным нажатием на предмет. Руки взрослого помогают ребенку или упражнение выполняется по показу

«Колочие мячики»

Я на мячик нажимаю,

Я зарядку делаю.

Будут ручки у меня

Ловкие, умелые

Нажимаем на мяч, как на снежный комок

Катаем мяч между ладонями по кругу

Катаем мяч между ладонями прямо

Для снятия напряжения после упражнения интенсивно растираем ладони – стало горячо; потом дуем на ладони.

Речь с движением. Формирование общей моторной ловкости, подражательной способности, чувства ритма.

«Туча-солнышко» - упражнение выполняется многократно, интенсивно с напряжением. Можно выполнять двумя руками одновременно, попеременно левой и правой рукой, с чередованием: левая – кулак, правая – солнышко.

Туча – сильно сжатый кулак

Солнышко – пальцы рук растопырены с напряжением

«Кошка и воробьи»

Тень-тень-потетень,

Села кошка под плетень.

Налетели воробьи,

Ритмично хлопаем в ладоши

Локти согнуты в локтях – машем маленькими

Хлопни им в ладоши!
Улетайте воробьи,
Берегитесь кошки!

крыльями воробья
Ритмично хлопаем в ладоши

«Согревалочка»

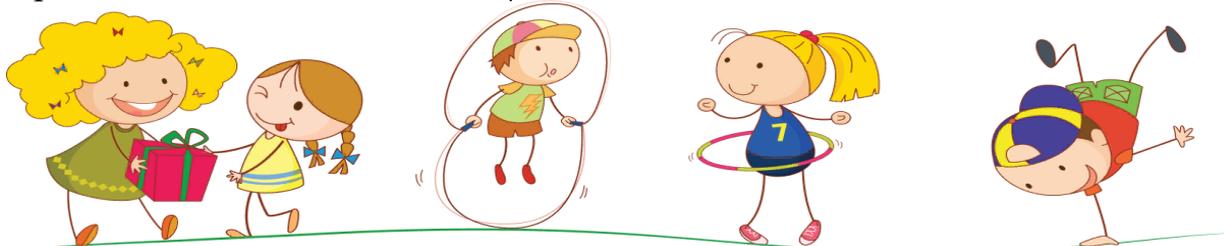
Мы ногами топ-топ.
Мы руками хлоп-хлоп.
Мы глазами миг-миг.
Мы плечами чик-чик.
Раз - туда, два - сюда,
Повернись вокруг себя.
Раз - присели, два – привстали,
Руки кверху все подняли.
Раз, два, раз, два –
Заниматься нам пора!

Топаем
Хлопаем
Мигаем глазами
Руки на пояс, пожимаем плечами
Наклоны туловища влево и вправо
Поворот
Присели, привстали
Руки вверх
Раз - руки вниз, два - вверх
Наклонились, руки расслаблены

«Мячик»

Раз, два, прыгай, мячик.
Раз, два, и мы поскачем.
Девочки и мальчики
Прыгают, как мячики.

Прыжки на двух ногах.
Обязательна поддержка или страховка взрослого!



Занимательная математика

Основные понятия: кубик, шарик, (звезда, сердечко); 1-много-мало, одинаково; большой-маленький, длинный-короткий; основные цвета – красный, желтый, синий, зеленый. Сравниваем и описываем предметы, раскладываем по кучкам, объясняем свой выбор. Используем слово и жест. Если ребенку доступна речь – он говорит, если нет – говорит взрослый, а ребенок показывает.

Вам помогут книги для самых маленьких с яркими, четкими, понятными картинками

В интернете ищем: математика для детей 2-3 лет

<https://mathematics-tests.com/>
<https://alegri.ru/>
<http://stotysyh.ru/>
<http://www.kindereducation.com/>
<http://www.babylessons.ru/>

