2 младшая группа

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема недели | Пальчиковая гимнастика | Зрительная гимнастика | Физминутка  |
| Детский сад | В нашей группе все друзья.(ритмично стучат кулачками по столу)Самый младший – это я.Это Маша,Это Саша, Это Юра, Это Даша.*(разжимают кулачки, начиная с мизинчика)* | Качели есть у нас в саду:Вверх-вниз, вверх-вниз*(посмотреть глазами вверх, вниз)*Я качаться побегуВверх-вниз, вверх-вниз.*(посмотреть вверх, вниз)* | Мы ногами топ-топ,Мы руками хлоп-хлоп!Мы глазами миг-миг,Мы плечами чик-чик.Раз — сюда, два - туда,Повернись вокруг себя.Раз — присели, два — привстали,Руки кверху все подняли.Сели - встали, сели - встали,Ванькой-встанькой словно стали.(*выполняются движения в соответствии с текстом*) |
| Игрушки и поделки | Есть игрушки у меня:*(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)*Паровоз и два коня,Серебристый самолет, Три ракеты, вездеход,Самосвал, подъемный кран – Настоящий великан.*(загибают пальчики на обеих руках)*Сколько вместе?Как узнать?Помогите сосчитать!*(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно*) | Мы играли, рисовали, *(выполняется действия, о которых идет речь)*Наши глазки так устали,Мы дадим им отдохнуть,Их закроем на чуть — чуть.А теперь их открываемИ немного поморгаем. | Спрячем нашу куклу,*(педагог прячет куклу за спину)*Спрячем куклу Машу**.***(все хлопают в ладоши)*Таня к кукле подойдет,*(называют девочку по имени)*Таня куколку возьмет**.***(девочка идет и берет куклу)*С куклой нашей Танечка попляшет.*(пляшет в кругу)*Хлопнем все в ладошки**,***(все хлопают и говорят)*Пусть попляшут ножки. |
| Здоровье и личная гигиена | Эти пальчики щипают, (*большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки)*Эти пальчики гуляют, (*указательный и средний "идут" по другой руке)*Эти - любят поболтать, (*средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга шурша)*Эти - тихо подремать, (*безымянный и мизинец прижимаем к ладони)*А большой с мизинцем братцемМогут чисто умываться. (*крутим большим пальцем вокруг мизинца)* | Смотрит носик вправо-влево,Смотрит носик вверх и вниз.Что увидел хитрый носик?Ну, куда мы забрались?*(мягко проводят указательными пальцами по векам)* | 1;2;3;4;5Все умеем мы шагать.Отдыхать умеем тоже –Руки за спину положим,Голову поднимем нижеИ легко – легко подышим. |
| Семья | Этот пальчик – дедушка,Этот пальчик – бабушка,Этот пальчик – папочка, Этот пальчик – мамочка.Этот пальчик - я!*(разжимают кулачки, начиная с большого)*Вот и вся моя семья!*(ритмично сжимают и разжимают кулачки на обеих руках одновременно)* | Три медведя шли домой:Папа был большой – большой,Мама с ним пониже ростом,А сынок – малютка просто.Очень маленький он был, С погремушкою ходил.Динь – дон, динь - динь - дон,Слышен всюду Мишкин звон.(*смотреть пристально, не моргая, без напряжения 10 секунд, сомкнуть веки и поморгать несколько раз*) | Кто живет у нас в квартире?Раз, два, три, четыре *(хлопаем в ладоши)*Кто живет у нас в квартире? ***(****шагаем на месте)*Раз, два, три, четыре, пять *(прыжки на месте)*Всех могу пересчитать: *(шагаем на месте)*Папа, мама, брат, сестра,  *(хлопаем в ладоши)*Кошка Мурка, два котенка, *(наклоны туловища влево - вправо)*Мой сверчок, щегол и я *(повороты туловища влево - вправо)*Вот и вся моя семья. *(хлопаем в ладоши)* |
| Профессии | Гномы строят новый дом,Динь-дон, динь-дон, (*наклоны из стороны в сторону, руки на поясе*)Гномы строят новый дом, (*стучим кулаком об кулак)*Красят стены, крышу, пол,*(руками "красим" сбоку, вверху, внизу)*Прибирают всё кругом. (*метём метлой)*Мы к ним в гости все придём *(указательный и средний пальчики «идут»)*И подарки принесём.  *(руки вперёд, ладонями вверх)* | Три света есть у светофора, (*взор переводят вверх, вниз*)Они понятны для шофера: *(моргают глазами)* Красный свет – проезда нет, *(широко открывают глаза)* Желтый – будь готов к пути, *(закрывают глаза*) А зеленый свет – кати!  (*взор переводят вправо*) | Мы затеяли уборку, *(хлопают в ладоши)*Взяли в руки пылесос.*(соединяют ладони)*По коврам его водили,По коврам его возили.*(имитируют движения при чистке пылесоса)*Пыль втянул он через нос.*(вдыхают воздух через нос, на выдохе произносят звук «у-у-у» с разной силой голоса)*Сделали уборку быстро,*(разводят руки в стороны)*В нашей группе стало чисто.*(хлопают в ладоши)* |
| Осень | Дождик, дождик, веселей,Капай, капай не жалей.  (*ударять пальчиком по ладошке)*Только нас не замочи,Зря в окошко не стучи.(*погрозит*ь *пальцем)* | Вот стоит осенний лес *(движение глаз круговые)*В нем много сказок и чудес!Слева сосны, справа елиДятел сверху тук да тукГлазки ты закрой - откройИ скорей бегом домой!*(выполняют движения глазами в соответствии с текстом)* | Ветер по лесу летал,Ветер листики срывал.*(бег с выполнением движений руками вверх – вниз)*Мы ладошки подставляли,Все листочки мы собрали.*(наклоны вниз)*Ветер- ветер – ветерок,Покружи ты наш листок,*(кружатся на месте)*Покружи, поверти и на землю опусти*(присесть)* |
| Урожай (овощи) | Мы пришли на огород:(*пальчики «идут» по столу*)Сколько тут всего растет!(*разводят руки в стороны*)Морковка, картошка, капуста,(*при перечислении загибают пальчики на левой руке*)Не будет в корзиночке пусто!Огурчик, свекла и томат,(*при перечислении загибают пальчики на правой руке*)Вкусный мы приготовим салат.(*большой палец вверх, остальные сжаты в кулачок*)Гостей сегодня пригласимИ овощами угостим. (*выполняют плавные движения руками к себе, а потом разводят в стороны*) | Ходит зайчик выбирает *(круговые движения)*Что сначала съесть не знает:Вверху помидорчик,Внизу огурчик,Справа капуста,Слева морковка.(*выполнение движений глазами по тексту*)Выбрать ничего не смогИ без сил на землю лег. *(закрыть глаза)* | Пойдем **с** тобою в огород,Немало там забот.Возьмем лопаты, тяпкиВзрыхлим, прополем грядкиПотом польем из лейкиИ сядем на скамейке.(*выполнение движений по тексту*) |
| Урожай (фрукты) | Будем мы варить компот,Фруктов нужно много. Вот!*(левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают»)*Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить,Отожмем лимонный сок,Слив положим и песок.(*загибают пальчики по одному, начиная с большого*)Варим, варим мы компот,Угостим честной народ.(*опять «варят» и «мешают»)* | 1,2,3,4,5Будем фрукты мы считать.Перед нами лежит груша,Но нельзя ее нам кушать.(*смотрят глазами перед собой*)Слева на столе лимон,Фруктовый господин – барон.(*дети смотрят влево*)Справа яблоко в корзине,Его купили в магазине.(*дети смотрят вправо*)Ну, а снизу апельсин,Он лежит совсем один.(*дети смотрят вниз*)Сколько фруктов? Посчитали?Четыре фрукта! Угадали?(*поморгать глазами*) | Фрукты – радость для ребят,(*развести руки в стороны*)Их в саду для нас растят.*(подняться на носочки, потянуться руками вверх)*Мы к столу их подадим,Фрукты свежими съедим.*(выполняем наклоны в стороны)*А для долгого храненьяСварим вкусное варенье,(*выполняют приседания*)Джем, повидло, мармелад,Чтоб порадовать ребят.*(при перечислении загибают пальцы на руке, хлопают в ладоши)* |
| Деревья и кустарники | Скачет зайка косой *(выполняют «прыжки» двумя пальчиками)*под высокой сосной.(*руки поднимают вверх*)Под другой соснойскачет зайка другой.(*выполняют «прыжки» двумя пальчиками*) | Вот стоит большая елка,Вот такой высоты!(*посмотреть снизу вверх*)У нее большие ветки, Вот такой ширины.(*посмотреть слева направо*)Есть на елке даже шишки,(*посмотреть вверх*),А внизу – берлога мишки.(*посмотреть вниз*)Спит зимой там косолапыйИ сосет в берлоге лапу.(*зажмурить глаза, потом поморгать*) | Зашагали ножки топ-топ-топ.Прямо по дорожке топ-топ-топ.Топают сапожки топ-топ-топ.Это наши ножки топ-топ-топ.(*выполняют движения по тексту*) |
| Человек | Дружат в нашей группеДевочки и мальчики.*(хлопки в ладоши)*Мы с тобой подружим,Маленькие пальчики.1;2;3;4;5(*поочередно пальчики здороваются друг с другом, начиная с большого*)Начинаем мы считать,1;2;3;4;5Мы закончили считать!(*хлопают в ладоши*) | Сшила мама дочкеПлатье голубое, *(смотреть прямо)*Платье голубое с белою каймою. *(вверх, вниз)*До чего нарядно, весело глядеть! *(прямо)*Надо это платье к празднику надеть!*(поморгать)* | 1; 2; 3; 4; 5;Будем тело изучатьВот спина, а вот животикНожки, ручки, глазки, ротикНосик, ушки, голова…Показать успел едваШея крутит головойОх, устала, ой- ой – ой!(*выполнение движений по тексту*) |
| Здоровье и личная гигиена | Эти пальчики щипают, (*большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки)*Эти пальчики гуляют, (*указательный и средний "идут" по другой руке)*Эти - любят поболтать, (*средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга шурша)*Эти - тихо подремать, (*безымянный и мизинец прижимаем к ладони)*А большой с мизинцем братцемМогут чисто умываться. (*крутим большим пальцем вокруг мизинца)**.* | «Солнечный зайчик».Солнечный мой заинька,Прыгни на ладошку.*(дети вытягивают ладошку вперед)*Солнечный мой заинька, Маленький, как крошка.*(ставят на ладонь указательный палец другой руки)*Прыг на носик, на плечо.Ой! Как стало горячо!Прыг на лобик, и опятьНа плече давай скакать.*(прослеживают взглядом движение пальца, которым медленно прикасаются сначала к носу, вновь отводят вперед, затем последовательно дотрагиваются до одного плеча, лба, другого плеча каждый раз отводя палец перед собой. Голова все время находиться в фиксированном положении)*Вот закрыли мы глаза,*(закрывают глаза)*А солнышко играет,Щечки теплыми лучами нежно согревает.*(дотрагиваются ладонями до щек)* | 1;2;3;4;5Все умеем мы шагатьОтдыхать умеем тоже –Руки за спину положимГолову поднимем нижеИ легко – легко подышим.*(выполняют движения по тексту)* |
| Одежда | Постираем в ванночке(*имитируют движение стирки*)Рубашечку для Анночки,Платьице для Олечки,Трусики для Колечки,Кофточку Мариночке,Платочек для Ириночки.(*загибают пальчики на левой руке при перечислении одежды*) | Глазки крепко закрываем,Дружно вместе открываем.Смело можем показать,Как умеем мы моргать.Головою не верти,Вправо- влево погляди.*(выполняют движения глазами по тексту)* | Мы зимой гуляли - шубы надевали,Шубы надевали и в снежки гуляли.(*выполняют движения по тексту, «играют» в снежки*)Мы весной гуляли – плащи надевали,Плащи надевали, лужицы считали.(*выполняют движения по тексту, прыгают на месте)*Летом мы гуляли – шорты надевали,По лугу ходили,Бабочек ловили.(*выполняют движения по тексту*) |
| Обувь | Посчитаем в первый раз,Сколько обуви у нас.*(попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу)*Туфли, тапочки, сапожкиДля Наташи и Сережки,Да еще ботинкиДля нашей Валентинки,А вот эти валенкиДля малышки Галеньки(*на каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого)* | Закрываем мы глаза, вот такие чудеса.*(закрывают оба глаза)*Наши глазки отдыхают,Упражнения выполняют.*(стоят с закрытыми глазами)*А теперь мы их откроем,*(открывают глаза)*Через речку мост построим.*(взглядом рисуют мост)*По мосточку пробежим,И еще раз повторим. *(глазами рисуют букву «О»)*Вверх поднимем, глянем вниз.*(глаза поднимают вверх, опускают вниз)*Вправо-влево повернем,*(глаза смотрят вправо-влево)*Заниматься вновь начнем.*(моргают глазами)* | Нарядили ножкиВ новые сапожкиВы шагайте ножки,Прямо по дорожкеВы шагайте, топайте,По лужам не шлепайте,В грязь не заходите,Сапожки не рвите.(*выполняют движения по тексту, на последней строчке выполняют прыжки*) |