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 побегу  Вверх-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 открываем  И 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 братцем Могут 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;5  Все умеем мы шагать.  Отдыхать умеем тоже –  Руки за спину положим,  Голову поднимем ниже  И 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 ели  Дятел сверху тук да тук  Глазки ты закрой - открой  И 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 пригласим  И 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 смог  И без сил на землю лег.  *(закрыть глаза)* | Пойдем **с** тобою в огород,  Немало там забот.  Возьмем лопаты, тяпки  Взрыхлим, прополем грядки  Потом польем из лейки  И 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»)* | 1,2,3,4,5  Будем 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 храненья  Сварим 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 сосной  скачет 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 косолапый  И 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 группе  Девочки 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;5  Мы закончили считать!  (*хлопают в ладоши*) | Сшила мама дочке  Платье 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 изучать  Вот спина, а вот животик  Ножки, ручки, глазки, ротик  Носик, ушки, голова…  Показать успел едва  Шея крутит головой  Ох, 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 братцем Могут 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 опять  На 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;5  Все умеем мы шагать  Отдыхать умеем тоже –  Руки за спину положим  Голову поднимем ниже  И 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, сапожки  Для Наташи и Сережки,  Да еще ботинки  Для нашей Валентинки,  А вот эти валенки  Для 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 ножки  В новые сапожки  Вы шагайте ножки,  Прямо по дорожке  Вы шагайте, топайте,  По лужам не шлепайте,  В грязь не заходите,  Сапожки не рвите.  (*выполняют движения по тексту, на последней строчке выполняют прыжки*) |