

«СОВУШКА-СОВА»

Совушка-сова, большая голова,
На суку сидит,
Во все стороны глядит —

*Руки ребёнка обнимают его лицо
и плавно поворачивают голову влево-вправо.*



Да вдруг как полетит!
«Улетаем».



«КОЛПАК»

Колпак под колпаком,
Под колпаком — колпак.

Ладони слегка согнуты.

Кладём одну поверх другой (это — «колпаки»), потом меняем.



«ДЕТИ ЛЮБЯТ ВСЕХ ЗВЕРЕЙ»

Взрослый большим и указательным пальцами несильно разминает подушечки пальцев (ногтевые фаланги) ребёнка.

Дети любят всех зверей:



Птиц, и ящериц, и змей,



Пеликанов, журавлей,



Бегемотов, соболей,



Голубей и глухарей,



Смена рук.

И клестов, и снегирей.



Любят горного козла,



Обезьянку и осла,



Дикобраза и ежа,



Черепашу и ужа.



От 6 до 9 месяцев

ВЫТРАСЕМ ДЕНЕЖКИ

Что в горбу? — Денежки.
Кто их клал? — Дедушка.
Чем их клал? — Ковшичком.
Вытрясу, вытрясу, вытрясу!



От 6 до 9 месяцев

ВЫТРАСЕМ ДЕНЕЖКИ

Это упражнение очень нравится малышам. А если ребёнок приболел и ему нужно как следует прокашляться, то выполнить его просто необходимо. Мама сажает ребёнка к себе на колени или берёт на руки, ладонь складывает «лодочкой» и, читая потешку, похлопывает малыша по спинке. А «вытряхивать денежки» можно, пощекотав ребёнка рукой и по спинке, и по грудке.

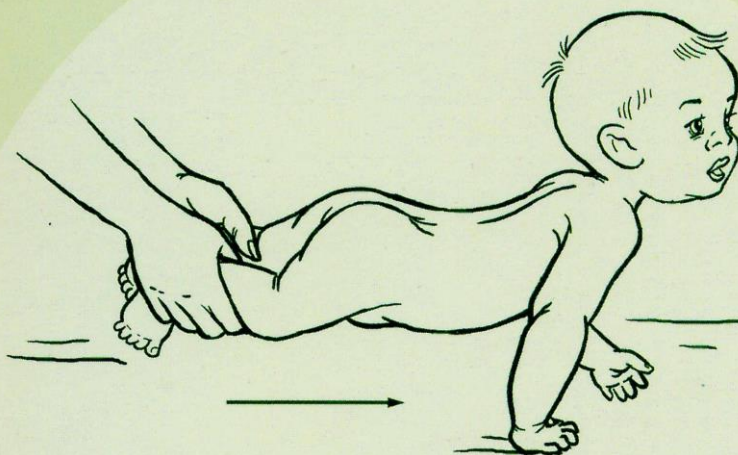
Такой приём оказывает стимулирующее действие на мышцы, улучшает дренажную функцию лёгких.



От 9 до 12 месяцев

ТАЧКА

Тушки-татушки,
Поехали старушки!
Шут их понёс,
Не подмазали колёс!
Колёса упали,
Старушки пропали!
В ямку бух! —
А там петух!



От 9 до 12 месяцев

ТАЧКА

Это упражнение можно выполнять ближе к году. Малыш упирается ручками в пол, а мама захватывает его ножки и отрывает их от пола. Можно захватить ножки за любое место от бёдер до щиколоток — чем ближе к попе, тем легче ребёнку выполнять упражнение. После того как мама и малыш приняли исходное положение, мама начинает подталкивать ребёнка, чтобы он двигался вперёд, переставляя ручки.

Для того чтобы малышу было интереснее заниматься, можно предложить ему двигаться к какому-либо интересному предмету. Отличное упражнение для тех, кто хочет иметь сильные ручки, красивую осанку!

От 9 до 12 месяцев

КОТЯ-КОТОК

Как у нашего кота
Шубка очень хороша!
Как у котика усы
Удивительной красоты!
Глаза смелые,
Зубки белые!



От 9 до 12 месяцев

КОТЯ-КОТОК

Упражнение укрепляет спинку. Малыш встаёт на четвереньки, а мама побуждает его прогнуть, а затем выгнуть спинку. Это поможет не только укрепить мышцы, но и развить гибкость позвоночника.