***«Кинезиологические сказки»***



**Инструкция к работе с кинезиологической сказкой**

Прежде чем делать кинезиологические упражнения со сказкой, необходимо разучить все упражнение отдельно. Во время исполнения упражнений по ходу чтения сказки каждое движение выполнять по 3-5 раз, в зависимости от сложности упражнения.

Если отдельное движение - можно повторить его 5 раз, если это связка движений , например: "Гусь - курица- петух", то можно повторить 3 раза. Все движения при разучивании выполняются сначала правой рукой, затем левой и потом обеими руками. При разучивании упражнений выполняем полностью связку движений. А при выполнении упражнений по ходу сказки выполняем только движения указанные в слайдах.

**Кинезиологические упражнения**

|  |  |
| --- | --- |
| «Дерево». | руки вверх, пальцы растопырены в стороны, немного покачивать руками. |
| «Лес» | руки вверх, пальцы растопырены в стороны |
| «Фонарики» | фонарик зажегся -пальцы выпрямить, потух- пальцы сжать. |
| «Дом» | пальцы рук соединить под углом друг с другом. |
| «Дом с трубой» | пальцы рук соединить под углом друг с другом. указательный палец одной руки выпрямить –это труба. |
| «Солнышко» | пальцы расставлены от себя |
| «Окошко» | большой палец правой с указательным левой, а указательный правой соединяют с большим левой, попеременно меняют положение рук |
| «Бутон» | руки направлены вверх. Ладони соприкасаются своими основаниями, образуя чашу- «бутон закрыт». Развести ладони в сторону и пальцы развести в сторону |
| «Колечки» | поочередно перебираем пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем указательный, средний, безымянный, мизинец. |
| «Лодочка» | обе ладони поставлены на ребро и соединены ковшиком, большие пальцы прижаты к ладоням. |
| «Рыбка» | пальцы вытянуты и прижаты друг к другу, указательный палец опирается на большой палец. |
| «Замок» | ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести. |
| «Олень» | 1 и 3 пальцы соединены в кольцо, другие выпрямлены |
| «Ежик» | поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой. |
| «Зайчик» | 2 пальца (указательный и средний вверх |
| «Кулачок-ладошка» | левая рука кулачок, правая –ладошка, одновременная смена рук |
| «Оладушки» | правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Ладушки-ладушки, кушайте оладушки» |
| «Кулак» - «ладонь» - «ребро») | поочередная смена |
| «Лезгинка» | левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук; ускоряя скорость). |
| «Кошка» | последовательно менять два положения руки «кулак» - «ладонь» сначала правой, потом левой, затем двумя руками вместе со словами «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка» |
| «Кольцо» | поочерёдно соединять в кольцо большой палец с последующими со словами «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!» |
| «Лягушка» | последовательно менять два положения руки «кулак» - «ладонь» сначала правой, потом левой, затем двумя руками вместе со словами «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!» |
| «Дождик»: | встряхивание руками, кисти обеих рук расслаблены, пальцы вниз |
| «Улитка с домиком» | исходная позиция – «зайчик» и наклон вперёд + кулачок сзади |
| «Ухо - нос» | левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо; одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук с точностью до наоборот |
| «Шипы» | руки – горизонтально, пальцы широко разведены в стороны |
| «Гости» | «шагают» пальчиками по коленям или по столу |
| «Бабочка» | руки перед собой, перекрестить ладони, помахать ими как крыльями бабочки |

**Сказка «Городской парк»**

В одном городе был красивый парк, там росли большие деревья. («деревья») Каждый вечер в парке зажигались фонари, а утром их гасил смотритель парка, который жил в домике на окраине этого парка. («фонарики») Когда рано утром вставало солнышко, смотритель открывал окошко и шел гасить фонари. («солнышко»)

Все жители города любили этот парк, там росли очень красивые розы, утром они раскрывали свои бутоны, а вечером закрывали. («бутоны») Дети очень любили этот парк, потому, что там продавали вкусные баранки – большие, средние и маленькие. («колечки»)

А еще в этом парке был красивый пруд, где все желающие могли покататься на лодке «»лодочка») и увидеть серебристых рыбок, которые выныривали из воды, как – будто здороваясь с людьми. («рыбки») Вечером все люди уходили домой, смотритель закрывал парк на замок и ложился спать. («замок»)

**Сказка «Две обезьянки»**

(дети сидят за столами, руки на коленях)

«**Жили-были две озорные обезьянки- Мики** (левый кулачок на стол) **и Кики.**(Правый кулачок на стол)

**Однажды они отправились в сад за яблоками и заблудились.**(«кулачок-ладошка»)

**По дороге они встретили, ежа с ежатами. («ежик»).**

**Обезьянки поздоровались с ними и рассказали, что ищут яблоньку.**(«колечки»)

**Ежи показали дорогу обезьянкам Мики и Кики к яблоне, а за это обезьянки угостили ежей оладушками:** («оладушки»).

**Обезьянки набрали яблоки, но не знали в чем отнести их домой. Тогда еж с ежатами помогли им.**(«кулак» - «ладонь» - «ребро»)

**А потом друзья стали танцевать** («лезгинка»)

**Сказка «Два котёнка»**

(дети сидят за столом)

Жил-был на свете белый, пушистый котёнок по имени Снежок.

(Дети показывают правый кулачок)

Он очень любил прогуливаться по своему саду. («кошка»)

В саду росли высокие деревья («деревья»)

И вот однажды Снежок вышел из своего дома прогуляться. («кошка» - правой рукой)

И увидел, что на полянке бегает чёрный котёнок. («кошка» - левой рукой).

Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться. («кошка» в быстром темпе).

Котёнка звали Уголёк. Они подружились и стали бегать друг за другом. («кошка» с одновременной сменой позиции)

И тут Снежок нашёл на траве кольцо. («кольцо», «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»)

Он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико. Тогда Уголёк стал его примерять.

(«кольцо»: из большого и указательного пальцев правой руки делаем колечко и начинаем его нанизывать, не размыкая пальцы на каждый палец левой руки со словами «Мизинец, безымянный, средний, указательный, большой – ой, ой, ой»)

И тут кольцо упало и покатилось по тропинке – котята за ним. («кошка»)

И привела их тропинка к пруду, в котором сидела лягушка и громко плакала от того, что ей было грустно одной. Котята решили её развеселить и показали ей интересную игру. («ладушки-оладушки»)

Но лягушка не стала веселей, тогда котята предложили ей станцевать.

(«лезгинка»)

Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала, что темнеет, приближается в ночь, и ей пора в пруд.

(«лягушка», «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»)

Котята попрощались с ней и тоже отправились домой.

(«кошка»)

По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звёзды.

(«фонарики»)

Вот они дошли до дома, уставшие, они улеглись на коврике и уснули.

(вытянуть пальцы из кулачка)

**Сказка «Лесные истории»**

(дети сидят за столами, руки на коленях)

Жил-был зайка – длинные уши. («зайчик»)

А жил он в маленькой избушке. («дом») На краю леса. («лес»)

Рано утром просыпалось солнышко и своими лучами будило нашего зайку. («солнышко»)

Он быстро вскакивал с кровати, делал зарядку, умывался и завтракал. («колечки»)

Каждое утро зайка выглядывал в окошко. («окошко»), чтобы проверить, как растёт роза на его клумбе. («бутон»)

Он брал леечку и поливал розу. («дождик»)

Солнышко пригревало («солнышко») и цветок распускался. («Бутон-цветок»)

Полюбоваться прекрасной розой приползала улитка.

(«улитка с домиком»)

Приходил гордый олень – ветвистые рожки,

(«олень»)

Мишка-топотышка, («колечки» с нажимом на подушечки)

Колючий Ёжик – ни головы, ни ножек. («ежик»)

Подкралась однажды к заячьей избушке лиса – хитрая плутовка, рыжая головка. («колечки» с нежным нажимом)

Мягко, неслышно ступала она лапками, хвостиком заметая следы.

(плавные движения кистью правой и левой руки вправо-влево)

Ушки у лисоньки слушают, нос всё вынюхивает.

(«ухо - нос»)

Захотела она сорвать красивый цветок. Свернулась роза в бутон от страха, обнажила свои иголки-шипы.

(«Бутон», «Шипы»)

Уколола лиса свои лапки и ни с чем убежала. («колечки» с нежным нажимом в быстром темпе)

А звери на опушке разбили сад. То-то стало весело, то-то хорошо!

(Хлопать в ладоши)

**Сказка** (**«В гости к бабушке»)**

(дети сидят за столами)

В гости бабушка звала. Внуков очень поджидала (ладони на щеках, качаем головой). По дорожке пять внучат, в гости к бабушке спешат («гости»)

Топ-топ (ладони хлопают по коленям или по столу)  
Прыг-прыг (кулачки стучат по коленям или по столу)  
Чики-брики,(ладони хлопают поочередно по коленям или по полу)  
Чики-брик.( кулачки стучат поочередно по коленям или по столу)  
Стоит дерево высокое («лес»)

Дальше - озеро глубокое (волнообразные движения кистями)

Птицы песенки поют (ладони перекрестно — «птица»)  
Зернышки везде клюют (ладони перед собой, поочередно сжимаем и разжимаем кулак)

Внуки к бабушке идут и гостинцы ей несут («кулачек-ладошка»)

**Сказка «Лесной домик»**

(дети сидят за столами)

Стоял с лесу домик («дом»). Бежал мимо ёжик («ёжик»). Увидел он чудесный домик, и обошел вокруг него 3 раза («кулак-ребро-ладонь»), зашел в него и стал в нем жить. Бежала мимо лягушка-квакушка («лягушка»). Увидела она домик, очень он ей понравился, попросилась она у ёжика («ёжик»). Пустил ежик лягушку в домик и стали они жить там вдвоем. Весело было им жить пекли они оладушки и играли в ладушки («ладушки-оладушки»: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»).

Каждый день им светило ласковое солнышко («солнышко»), вокруг порхали красивые бабочки («бабочка»), а деревья шелестели своими листиками на ветру («дерево»). Однажды они услышали, как кто – то плачет. Ёжик и лягушка выглянули в окошко, и увидели маленького котенка (рука сжата в кулак, лежит на столе), они позвали котенка, и он подбежал к ним («кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»).

Котенок рассказал, что потерялся и не знает, что ему делать. Лягушка и ёжик, пригласили котенка жить к себе в дом («дом»). Котенок с радостью забежал в чудесный домик («кошка» со словами: «кулачок-ладошка, так гуляет кошка») и стал жить вместе с лягушкой («лягушка») и ёжиком («ёжик») Ладони под углом друг к другу.

**Сказка «Новые приключения маленького щенка»**

(дети сидят за столами)

Жил-был маленький щенок. Однажды он уснул на крылечке. И тут ему на нос села маленькая жёлтая бабочка. («бабочка»)

Щенок открыл глаза, увидел бабочку и радостно залаял. Бабочка испугалась, полетела в сторону леса и скрылась за высокими деревьями. Наш щенок был очень любопытным, и он побежал за ней. На полянке в кругу сидели зайцы. («зайчик»)

«Как сосновые верхушки

Зайцы к солнцу тянут ушки.

Лапки поднимаются,

Ушки распрямляются.

А сосны, лесные подружки,

Сверху улыбаются,

Зарядкой занимаются».

Щенок выбежал на полянку с радостным лаем: «Ав-ав-ав!». Он стал носиться по кругу, виляя хвостиком. Но зайцы его восторга не поняли и ускакали. Щенок сначала огорчился, но потом его внимание привлекли какие – то звуки.

Щенок огляделся вокруг. Как красиво было на полянке! А какие запахи кружились в воздухе! Он глубоко вдохнул воздух. Тут мимо него пробежал ёжик. («ежик»). Рядом над цветком кружилась пчёлка. Малыш замер и стал внимательно следить за ней глазами.

Жужжание пчелы стало ближе, щенок насторожился и зарычал.

На всякий случай он решил спрятаться в траве. Каких только ягод не было вокруг! («колечко»)

«Раз, два, три

Сколько ягод посмотри.

Раз – малина,

Два – калина,

Три – черника,

А четыре – ежевика»

Тут наш щенок услышал далёкий голос хозяина. Да, что-то он проголодался!

И он с радостным лаем помчался домой. («кулачок – ладошка»)