**Тренинг № 1**

**«ГОРОДОК ИГРУШЕК»**

[](http://images.yandex.ru/yandsearch?source=wiz&fp=1&img_url=http://www.tomik.ru/assets/images/catalog/big/8688-8-c.jpg&uinfo=ww-1079-wh-521-fw-854-fh-448-pd-1&p=1&text=%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%BA%20%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BA&noreask=1&pos=39&rpt=simage&lr=100858) Программное содержание:

* Развитие речедвигательной активности;
* Развитие мелкой моторики и ориентировки на плоскости;
* Развитие общей моторики и двигательной координации;
* Развитие реагирования на словесный сигнал;
* Профилактика психоэмоционального и телесного напряжения.

**ХОД ТРЕНИНГА**

1. Разминка.

***Упражнение «Скороболтушка»***

Педагог пропевает скороболтушку в сопровождении движений. Дети повторяют за педагогом, руки согнуты в локтях на уровне диафрагмы, кисти сжаты в кулак. Делаем круговые, вращательные движения 15-20 раз в одну сторону (2-3 повтора).

Мы приходим в детский сад,

Там игрушки стоят,

Дожидаются ребят.

1. Основная часть.

***Дыхательное упражнение «Самолет»***

Самолет летит, самолет гудит:

У – у – у – у …

Я лечу в облаках.

Командир-пилот самолет ведет.

У – у – у – у …

***Артикуляционное упражнение «Лошадка»***

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык прижат к небу (язык присасывается) и со щелком оторвать.

***Массаж биологически активных зон «Обезьянка чи-чи-чи»***

Педагог вместе с детьми садятся по-турецки, рассказывают стихотворение, сочетая его с массажем:

Обезьянка чи-чи-чи

Продавала кирпичи.

Провести ладонями по шее от затылочной части к основанию горла

Подбежал тут к ней зайчонок:

- Не продашь ли кирпичонок

Указательным и средним пальцами провести по крыльям носа

- Нет! – сказала чи-чи-чи. –

Продаю я кирпичи.

Всеми пальцами провести по лбу от середины к вискам

Зайчонок, зайчонок!

Нет слова кирипичонок!

Поставить указательный и средний палец перед и за ухом и

энергично растереть кожу около ушей

***Упражнение «Песенка игрушек» (комплекс общеразвивающих упражнений)***

Вот солдатики стоят, начинается парад.

Раз, два, три, четыре, пять –

Начинаем мы шагать.

Шаг марша

Вот бегут машины, шуршат своими шинами.

Желтые и красные – все такие разные.

- ш – ш – ш …

Топающий шаг, руки «крутят руль»

Бум-бум! Тра-та-та!

Барабан гремит с утра –

Зайчики играют, лапкой ударяют.

Прыжки с ноги на ногу, имитируя игру на барабане

Медвежонок взял гармошку,

Поиграть решил немножко.

Разводит руки в стороны, имитируя игру на гармошке

Раз, два, поворот…

Он танцует и поет.

Руки на поясе, пяточку левой правой ноги выставляют вперед

по очереди

Вот матрешки крошки,

Поклон

Пестрые одежки, яркие платочки,

Розовые щечки.

Приседание «пружинкой»

Вот какой веселый мячик,

Так и скачет, так и скачет!

Мне б скорей его поймать,

Чтобы снова поиграть.

Прыжки на двух ногах, на конец фразы – приседание

Эй, скорее посмотри!

Куклы танцевать пошли.

Ножки выставляют,

В гости приглашают.

Выставление ног на пятку, поднимая согнутые в локтях руки вверх,

пальчики прямые «заводная кукла»

Всех красивее паровоз:

Две трубы и сто колес.

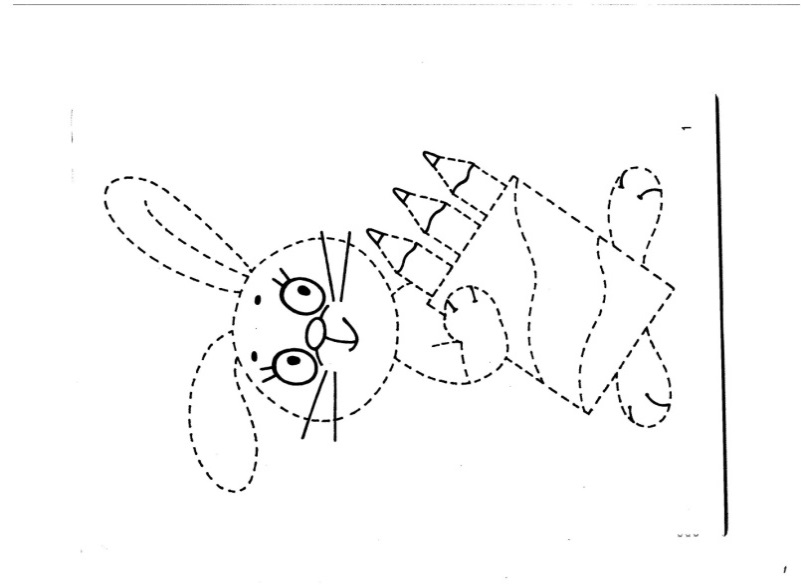
Ну а едут в нем игрушки –

Куклы, зайчики, петрушки.

- Чух, чух! Ту-ту-ту…

Дробный шаг, работая согнутыми в локтях руками

***Упражнение-рисовалка «Зайчонок»***

******

1. Заключительная часть.

***Упражнение «Юла» (авторская разработка)***

Дети свободно располагаются по залу, поставив руки на пояс

Юла кружится и кружится, ей на месте не сидится

Кружатся на носочках медленно, потом быстрее и быстрее.

Покружилась, пожужжала, притомилась и упала.

Замедляют кружение

Ж-ж-ж…. Бах!

Сели на коврик, голова поднята вверх, глаза закрыты, фиксируем

позу 30 секунд

Мы юлу заводим смело, чтоб опять кружить сумела.

Сидя на ковре, сгибая и разгибая в локтях руки поднимать вверх

Ей на месте не сидится, юла кружится и кружится.

Покружилась, пожужжала, притомилась и упала.

Замедляют кружение

Ж-ж-ж…. Бах!

Сели на коврик, голова поднята вверх, глаза закрыты, фиксируем

позу 30 секунд

Ну и мы не отстоем опять играть с юлой пойдем

Сидя на ковре, сгибая и разгибая в локтях руки поднимать вверх

Продолжительность упражнения 3 минуты.