

Кинезиологические сказки для детей.

В лесу.

(способ организации – сидя за столом)

Однажды маленький ежонок потерялся в лесу (*Упражнение «ёжик»*. Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой). Он очень испугался и стал плакать. Тут к нему подбежал зайчонок (*Упражнение «заяц»*. Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем). Он спросил у ежика: «Почему ты плачешь?». Ежик рассказал зайчику, что пошел гулять по лесу (*Упражнение «кулак-ладонь»*. Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), и заблудился, а теперь не знает, как найти дорогу домой (*Упражнение «дом»*. Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Зайчик решил помочь ежонку. Они вместе пошли искать его дом (*Упражнение «кулак-ладонь»*. Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). В этом лесу росли большие деревья (*Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны*). Долго они шли (*Упражнение «кулак-ладонь»*. Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), но дом ежика не могли найти (*Упражнение «дом»*. Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Вдруг им навстречу выбежала собачка (*Упражнение «собака»*. Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными). Зайчик (*Упражнение «заяц»*. Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем), спросил у собачки, не знает ли она, где дом ежика? Собачка (*Упражнение «собака»*. Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными) сказала, что знает, где его дом (*Упражнение «дом»*. Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Собачка вместе с зайчиком проводили ежонка до дома (*Упражнение «кулак-ладонь»*. Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). Ежонок очень обрадовался и угостил зайчика и собачку вкусными оладушками (*Упражнение «оладушки»*. Одна рука лежит на столе ладонью вниз, другая ладонью вверх. Происходит смена положения рук.)

«Две обезьянки».

(способ организации – сидя за столом)

Жили-были две веселые обезьянки (*Упражнение «ухо-нос»*. *Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот*). Обезьянки очень любили кончить рожицы (*Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз*). И показывать языки друг другу язык (*Упражнение «язык»*. *Вытянуть язык, спрятать его*). Однажды они увидели на высокой пальме (*Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны*), большой и спелый кокос (*Упражнение «замок»*. *Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести*). Обезьянки наперегонки побежали к пальме (*Упражнение «кулак-ладонь»*. *Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук*). Они стали смотреть на пальму, какая она высокая (*Упражнение для глаз «Вверх-вниз»*). Затем обезьянки полезли на пальму (*Руки поставить перед лицом, ладонями от себя. Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук*). Они сорвали большой и спелый кокос (*Упражнение «замок»*. *Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести*). Обезьянки очень обрадовались и затанцевали (*Руками встряхнуть. Кисти обеих рук расслаблены, пальцы вниз*).

Два котенка.

(способ организации – сидя за столом)

Жил-был на свете котенок, он был белый и пушистый и звали его Снежок (*дети показывают правый кулачок*). Он очень любил прогуливаться по своему саду (*упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»*). В саду росли высокие деревья (*руки вверх, развести пальцы в стороны*) и низкие кустарники (*кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны*). И вот однажды, Снежок вышел из своего дома, прогуляться (*выполнение упражнения «Кошка» правой рукой со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»*) и увидел, что на полянке бегают черные котенки (*выполнение упр. «Кошка» левой рукой со словами*). Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться (*выполнение упр. «Кошка» в быстром темпе*). Котенка звали Уголек. Они подружились и стали бегать друг за другом, наперегонки (*выполнение упр. «Кошка» с одновременной сменой позиции*). И тут Снежок нашел на траве колечко (*упр. «Колечко»: поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими, со словами: «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 Уголек стал его примерять (*Упр. «Колечко»*). И тут колечко упало и покатилося по тропинке – котята за ним (*упр. «Кошка»*). И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно

одной. Котятa решили ее развеселить и показали ей интересную игру (упр. «Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»). Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала, что темнеет, приближается ночь и ей пора в пруд (упр. «Лягушка»: смена трех положений руки кулак-ребро-ладонь, со словами: «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»).

Котятa попрощались с ней и тоже отправились домой (упр. «Кошка»).

По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звезды (упр. «Звездочки»: правая ладонь пальцы в кулак, левая – пальцы в стороны – смена позиций).

Вот они и дошли до дома (упр. «Домик»: руки направлены вверх, большой, указательный и средний пальцы каждой руки прижаты к ладоням, основания ладоней и кончики безымянных пальцев соприкасаются). Уставшие они улеглись на коврике (вытянуть пальцы из кулачка) и уснули.

Яблонька.

(способ организации – стоя)

Однажды одно маленькое семечко от яблоньки попало в землю (Сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками.) Семечко поливал дождик, пригревало солнышко и оно стало расти и превращаться в маленькую яблоньку (Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь). К яблоньке часто прилетал её дружок – ветерок и играл с ней (Руки вверх, развести пальцы в стороны, покачаться из стороны – в сторону). Стала яблонька большой и выросли на ней вкусные яблочки. Пришли к яблоньке дети. (“Перекрестное марширование”. Шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге).

И стали рвать сочные и румяные яблочки (Посмотреть вверх, потянитесь правой рукой как можно выше, подняться на цыпочки и сделайте резкий вдох, «срывать» яблоко. Нагнуться и «положить яблоко» в небольшую «корзину», стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. То же самое двумя руками). Дети сказали яблоньке спасибо (Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, наклонить голову вперед и медленно раскачивать ей из стороны в сторону). И пошли домой (“Перекрестное марширование”. Шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений).

«В гости к бабушке»

В гости бабушка позвала
Внуков очень поджидала (*ладони на щеках, качаем головой*)
По дорожке пять внучат
В гости к бабушке спешат (*пальцы «шагают» по коленям или по столу*)
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, (*руки вытянуты вверх, пальцы рук сжимаем-разжимаем*)
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 («Кулак – ребро – ладонь»)
Показался дом вдали, («крыша»)
Мы к нему так долго шли (*пальцы «шагают» по коленям или по столу*)
Бабушка нам очень рада
Для неё внучки - награда (*хлопаем в ладоши*).
Мы немножко погостим (*руки «здороваются»*)
И обратно побежим (*пальцы «бегут» по коленям или по столу*)
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*)

Лесной домик.

Стоял с лесу домик (*Упражнение «дом». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга, большие пальцы отведены в сторону и тоже соприкасаются*). Бежал мимо ёжик (*Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой*). Увидел он чудесный домик, и обошел вокруг него 3 раза (*Упражнение «кулак-ребро-ладонь»*), зашел в него и стал в нем жить. Бежала мимо лягушка-квакушка (*Упражнение «лягушка». Одна рука сжата в кулак, другая ладонь выпрямлена и лежит на столе. Происходит смена положения рук*). Увидела она домик, очень он ей понравился, попросилась она у ёжика (*Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой*) тоже в домике пожить. Пустил ёжик лягушку в домик и стали они жить там вдвоем. Весело было им жить пекли они оладушки и играли в ладушки (*упр. «Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»*). Каждый день им светило ласковое солнышко (*Руки вверх, одна рука сжата в кулак, пальцы другой руки расставлены в стороны, происходит смена положения рук*), вокруг порхали красивые бабочки (*Руки перед собой,*

перекрестить ладони, помахать ими как крыльями бабочки), а деревья шелестели своими листиками на ветру (руки вверх, развести пальцы в стороны). 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 (Упражнение «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 (Упражнение «дом». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга, большие пальцы отведены в сторону и тоже соприкасаются). Котенок с радостью забежал в чудесный домик (Упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка») и стал жить вместе с лягушкой ((Упражнение «лягушка». Одна рука сжата в кулак, другая ладонь выпрямлена и лежит на столе. Происходит смена положения рук) и ёжиком (Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой).

Сказка о том, как звери зайке помогли

Жил в лесу (упражнение « Дерево» руки вверх, развести пальцы в стороны) трусишка-зайка (упражнение «Заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем), Огород (руки образуют круг перед собой) у зайки был. Росла в этом огороде морковка (Упражнение «морковка». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга). Каждый день ярко светило солнышко (Руки подняты вверх, пальцы на руках расставлены в стороны), а дождя(упражнение «Дождик» кончиком пальца стучат по ладони) не было. Загрустил зайка (упражнение «Заяц»), не растет морковка(Упражнение «морковка»). Мимо шел (Упражнение «кулак-ребро-ладонь») колючий ежик (Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой). Увидел грустного зайку , и спрашивает его: «Зайка, плачешь почему?». Отвечает зайка: «Не растет моя морковка (Упражнение «морковка) дождя (упражнение «Дождик») давно не было». «Не печалься – говорит ему ежик – подарю я тебе большой (руки образуют круг перед собой) мешок яблок (руки сжаты в кулачки). Мимо белочка(«Ушки на макушке» руки ладонями вперед) скакала и зайчишку(упражнение «Заяц») увидела. «Ты о чем грустишь, зайка? – спрашивает белочка. Отвечает зайка: «Не растет моя морковка (Упражнение «морковка») дождя (упражнение «Дождик») давно не было». «Не грусти – говорит ему белка – подарю я тебе грибочки»(накрываем кулачок ладошкой) . Мимо козлик (упражнение «Коза» указательный палец и мизинец выставлены вперед. Средний и безымянный пальцы прижаты к ладони и обхвачены большим) шел рогатый. «Почему ты зайка плачешь? - спросил козлик. Отвечает зайка: «Не растет моя морковка (Упражнение «морковка») дождя (упражнение «Дождик») давно не было». Говорит козлик: «Твоей беде я помогу – кочан капусты подарю. (кончики

пальцев соединены) И вот пошел дождик . Больше уж не плачет зайка. Выросла морковка большая, сладкая. Угостил зайка сладкой морковкой ежика (*упражнение «Ежик»*) , белочку(*упражнение «Ушки на макушке»*), и козлика (*упражнение «Коза»*).

«Кошкин дом»

Тили-тили –тили – тили - бом! (*Дети хлопают в ладоши*)

Загорелся (*разжимают и сжимают пальцы в кулачках*)

кошкин (*«Ушки на макушке» руки ладонями вперед*)

дом, (*Создать «крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом.*),

Кошка (*«Ушки на макушке» руки ладонями вперед*)

выскочила! (*Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук*)

Глаза выпучила. (*большой палец каждой руки вместе с остальными образуют кольцо*)

Бежит (*пальчики одной руки бегут*)

курочка(*на другой руке указательный палец опирается на большой. Остальные прижаты друг к другу в полусогнутом положении.*)

с ведром (*соединить округлые ладони*)

Заливать (*пальчики как бы брызгают*)

кошкин (*«Ушки на макушке» руки ладонями вперед*)

дом, (*Создать «крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом.*),

А лошадка – (*Большой палец правой руки поднять вверх, сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх*)

с фонарем, (*Обе ладони соединены «ковшиком», большие пальцы прижаты к ладони.*)

А собачка – (*Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть*)

с помелом, (*пальцы на обеих руках ударяются друг об друга*)

Серый заюшка (*На одной руке- указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.*)

с листом (*На другой руке – ладонь выпрямлена*)

Раз! Раз! Раз! (*Дети дуют*)

И огонь погас! (*разжимают и сжимают пальцы в кулачках*).