**Тема: «Здоровье. Спорт»**

**Вместе с вами учим детей новым словам:**

**Существительные (слова-предметы):** санки, спортсмен, зарядка, упражнения, соревнования, победитель, свисток, флажок, лыжник(ца), стрелок, теннисист(ка), пловец, пловчиха, шахматист(ка), шашист(ка), турист(ка), прыгун(ья), гимнаст(ка), хоккеист(ка); простуда, болезнь, температура, лекарство, чистота, плавание, витамины, еда, сладости, польза, вред, слабость, сила, микробы.

**Прилагательные (слова-признаки):** легкоатлетический, гимнастический, утренняя, сильный, здоровый, крепкий, мужественный, умелый, ловкий, гибкий, уверенный, настойчивый, стройный, быстрый; чистый, витаминный, полезный, вредный, сладкий.

**Глаголы (слова-действия):** заниматься, расти, работать, бегать, прыгать, плавать, стрелять, играть, ездить, тренироваться, побеждать, выигрывать, проигрывать, соревноваться; выздоравливать, закаляться, гулять, ходить, бегать, простужаться, болеть, выздоравливать, принимать, мыть, чистить, плавать.

**Предлагаем Вашему вниманию несколько рекомендаций по закреплению данной темы:**

 – Вспомните с ребенком, какие существуют виды спорта (футбол, баскетбол, хоккей, волейбол) и расскажите о них:

|  |  |
| --- | --- |
| **Баскетбол** – в баскетбол играют две команды. Цель игры — забросить мяч в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом и забросить его в свою корзину. Мячом играют только руками. |  |
| **Волейбол** – командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч (только руками) на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника. |  |
| **Хоккей** – спортивная командная игра на ледовом или травяном поле, в которой мяч или шайба специальными клюшками забивается в ворота противника. |  |
| **Футбол** – спортивная командная игра, цель которой — забить мяч в ворота соперника, используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнерам ногами, головой и др. частями тела – кроме рук. В матче побеждает команда, забившая больше голов. |  |

– Вспомните, как называют спортсменов, занимающихся тем или иным видом спорта (лыжник(ца), теннисист(ка), пловец(чиха), хоккеист, гимнаст(ка), фигурист(ка), футболист(ка), боксер):

*Кто занимается лыжами? – лыжник*

*Кто занимается теннисом? – теннисист*

*Кто занимается плаванием? – пловец*

*Кто занимается хоккеем? – хоккеист*

*Кто занимается гимнастикой? – гимнаст*

*Кто занимается фигурным катанием? – фигурист*

*Кто занимается футболом? – футболист*

*Кто занимается боксом? - боксер*

– Обратите внимание на спортивный инвентарь, необходимый для занятий различными видами спорта:

ракетка – для занятия теннисом,

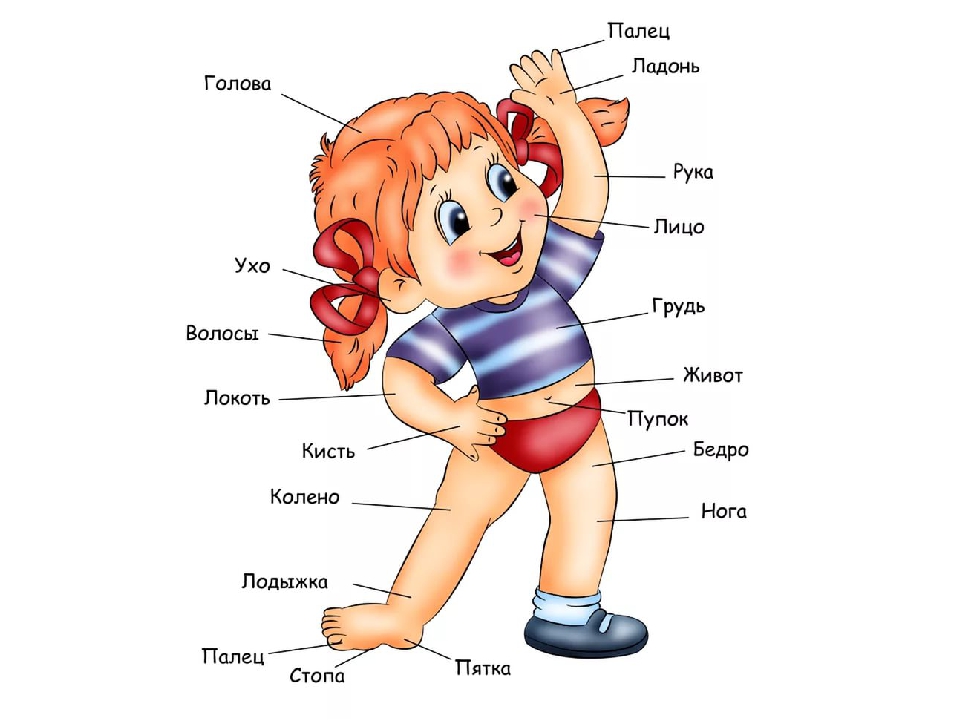
футбольный мяч – для игры в футбол,

баскетбольный мяч – для игры в футбол,

боксерские перчатки – для бокса,

клюшка, шайба – для игры в хоккей,

коньки – для фигурного катания);

- Расскажите ребенку о частях тела человека.

**Пальчиковая гимнастика:**

**«Веселый человечек»**

Я – веселый человечек,  
Я гуляю и пою.  
Я – веселый человечек,  
Очень я играть люблю. (*Указательные и средние пальчики обеих рук «шагают» по столу)*  
Разотру ладошки сильно, (*Растирают ладони)*  
Каждый пальчик покручу,  
Поздороваюсь с ним сильно  
И вытягивать начну. (*Охватывают каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланг)*  
Руки я затем помою, (*Потирают ладони)*  
Пальчик к пальчику сложу,  
На замочек их закрою  
И тепло поберегу. (*Складывают пальцы в замок)*

**«Дружные пальчики»**Эти пальчики щипают, (*Большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки (или мамину ладонь)*  
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)*

**Артикуляционная гимнастика:**

***Чередование «Хоботок» - «Улыбка» - «Домик открывается».***

*Улыбается ребенок,*

*Хобот вытянул слоненок.*

*Вот зевает бегемот,*

*Широко открыв свой рот.*

***Цель:***укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путем переключения позиций губ. Развивать произвольное внимание.

***Описание:***Упражнение выполняется в форме игры «Делай, как я». Взрослый выполняет поочерёдно движения губами в любом порядке («у – и – а», «а – у - и»,

 «и – у - а»),удерживая губы в каждой позиции 3-5 секунд, а ребёнок повторяет.

**Вместе с ребенком поиграйте в игры:**

**1. «Назови ласково»**

Тело - *тельце*                             голова - *головка, головушка*  
рука - *ручка, рученька*                 нога - *ножка, ноженька*  
палец - *пальчик*                             глаз - *глазик, глазок*  
уши - *ушки*                                    шея - *шейка*  
нос - *носик*                                    рот - *ротик, роток*  
зуб - *зубик, зубок*                          губа - *губка*  
язык - *язычок*                                пятка - *пяточка*  
локоть - *локоток*                           плечо - *плечико*  
спина - *спинка*                              живот - *животик*  
щека - *щечка*                                лицо - *личико*  
ладонь - *ладошка*                          голос - *голосок*

**2. «Один-много»**  
Голова - *две головы – много голов,*                          рука - *две руки – много рук,*   
нога - *две ноги – много ног,*                               глаз - *два глаза – много глаз,*   
палец - *два пальца – много пальцев,*                        нос - *два носа – много носов.*  
ухо - *два уха – много ушей,*                                      

**3. «Назови по образцу»**

***Палец (а они?) - пальцы***         плечо - *плечи*  
рука - *руки*                             нога - *ноги*  
язык - *языки*                          голова - *головы*  
колено - *колени*                      ухо - *уши*  
лоб - *лбы*                              локоть - *локти*  
бровь - *брови*                        голос - *голоса*  
ноготь - *ногти*                        веко – *веки*

**4. «Назови, какой, какая, какие?»**

мяч для футбола (какой?) – *футбольный*

клюшка для хоккея (какая?) – *хоккейная*

перчатки для бокса (какие?) – *боксерские*

мяч для баскетбола (какой?) – *баскетбольный*

зарядка (какая?) – утренняя

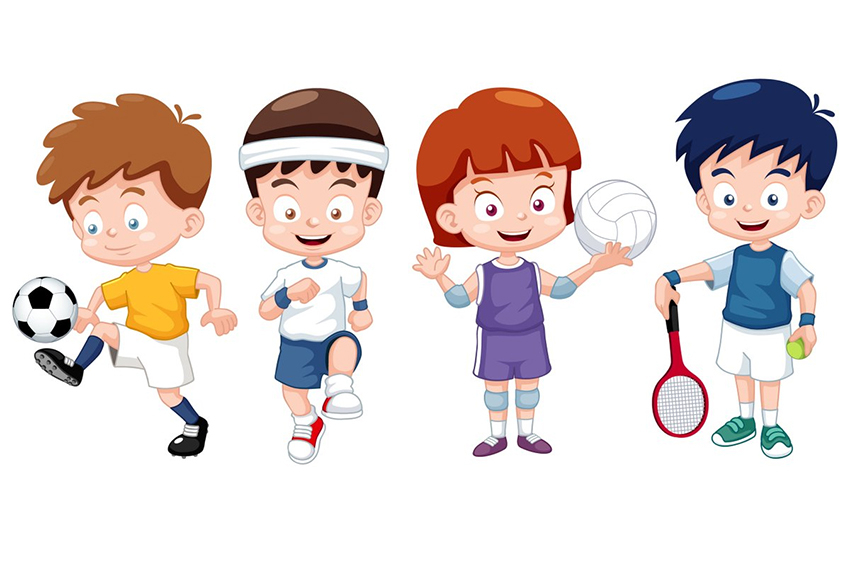
салат (какой?) – витаминный

каша (какая?) – вкусная, полезная

**5. «Назови спортсмена»**

|  |  |
| --- | --- |
| катается на лыжах – *лыжник*  занимается боксом – *боксер*  играет в хоккей – *хоккеист*  занимаются фигурным катанием на коньках – *фигуристы* | играет в футбол – *футболист*  играет в баскетбол – *баскетболист*  занимается плаванием – *пловец*  занимается теннисом – *теннисист* |

**6. «Кому что нужно?»**

**

***Лыжнику нужны лыжи,***

Хоккеисту – *клюшка*

Футболисту – *мяч*

Баскетболисту – *мяч*

Велосипедисту – *велосипед*

Теннисисту – *ракетка*

Волейболисту – *мяч*

Саночнику – *санки*

**7. «Подбери действия»**

Спортсмен (что делает?) – *занимается спортом, тренируется, побеждает, выигрывает, проигрывает*

Легкоатлет (что делает?) – *бегает*

Пловец (что делает?) – *плавает*

Лыжник (что делает?) – *едет на лыжах*

Зубы нужно (что делать?) – *чистить*

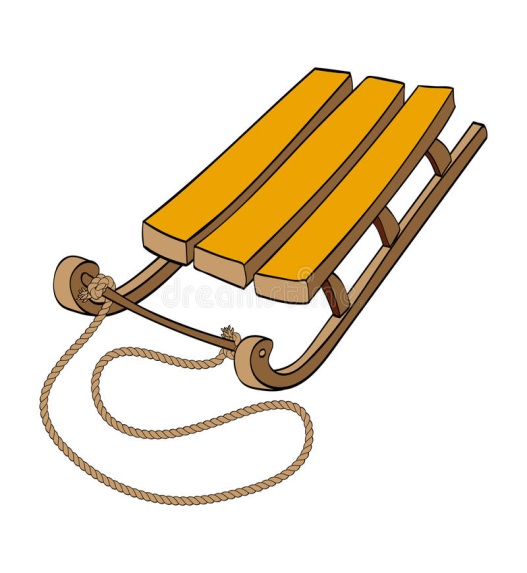
Чтобы не болеть нужно (что делать?) – *закаляться, заниматься спортом, правильно питаться, высыпаться, делать зарядку*

Перед приемом пищи нужно (что делать?) – *мыть руки*

**8. «Скажи, что полезно, а что вредно»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Чипсы (вредно)* |
|  | *Сок (полезно)*  *Ягоды (полезно)* |
|  | *Лимонад (вредно)* |
|  | *Сладости (вредно)* |
|  | *Овощи (полезно)* |
|  | *Каша (полезно)* |

**Загадайте ребенку загадки:**

**Отгадай загадки (выучи одну по выбору)**

Мчусь как пуля я вперед, лишь поскрипывает лед,

Да мелькают огоньки. Кто несет меня? **(Коньки)**

Все лето стояли, зимы ожидали.

Дождались поры — помчались с горы. **(Санки)**

Зеленый луг,

Сто скамеек вокруг,

От ворот до ворот

Бойко бегает народ.

На ворота эти

Натянули сети. **(Стадион)**

Две полоски на снегу

Оставляю на бегу.

Я лечу от них стрелой,

А они опять за мной. **(Лыжи, лыжник)**

Я шагаю по квартире,   
Приседаю: три-четыре.   
И уверен твёрдо я,   
С нею ждёт успех меня! **(Зарядка)**

**Предложите текст для пересказа:**

**Пересказ рассказа «Для чего руки нужны» (Е. Пермяк)**  
Петя с дедушкой большими друзьями были. Обо всем разговаривали.  
Спросил как–то дедушка внука:  
- А для чего, Петенька, людям руки нужны?  
- Чтобы в мячик играть, - ответил Петя.  
- А еще для чего? – спросил дед.  
- Чтобы ложку держать.  
- А еще?  
- Чтобы кошку гладить.  
- А еще?  
- Чтобы камешки в речку бросать.  
Весь вечер отвечал Петя дедушке. Правильно отвечал. Только он  
маленький был и обо всех других людях по своим рукам судил, а не по  
трудовым рабочим рукам, которыми вся жизнь, весь белый свет  
держится.

Задайте ребенку вопросы по тексту:

1. Для чего же нужны руки, кроме того как играть в мячик, держать ложку и гладить кошку? *(Человеку нужны руки для того чтобы: он мог питался, что-то нёс, что-то делал, выполнял работу. Человеку без****рук****некуда)*