

Напряжение- расслабление

СТОЙКИЙ ОЛОВЯННЫЙ СОЛДАТИК - ТРЯПИЧНАЯ КУКЛА



Попросите ребёнка представить себя стойкими оловянными солдатами, обратите внимание на прямой позвоночник, крепкие ноги, высоко поднятую голову, прямые плечи и руки, «грудь колесом». Похвалите ребёнка. Сосчитайте до 5-7 секунд. Затем попросите ребёнка представить себя тряпичной куклой, обратите



внимание на мягкие руки, висячую голову, расслабленные плечи, гибкую, мягкую спину, ватные ноги. Снова похвалите ребёнка, сосчитайте до 5-7 сек. Повторить упражнение 2-3 раза.



ВЕСЕЛЫЙ СНЕГОВИК на СОЛНЫШКЕ

Попросите ребёнка представить себя снеговиками, крепкими, круглыми, прочными, с метлой в одной руке, ведром на голове, морковкой вместо носа, глазками - угольками.

Солнышко пригрело, и снеговик начинает таять: голова, руки, плечи, спина, ноги расслабляются, и, наконец, снеговик растекается в чистую лужицу. Повторить на разный счет, начать с прочувствованного «таяния» - расслабления на счет 5-7, затем можно ускорить «таяние» - на счет 4, 3, 2, 1. Повторить несколько раз.

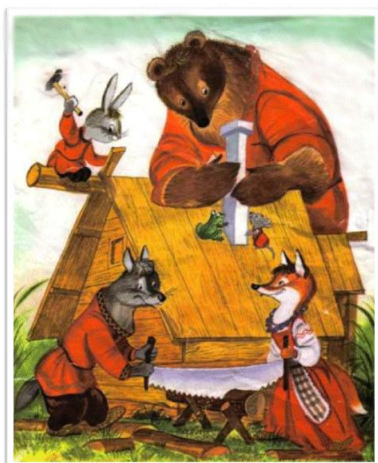
Предложите ребёнку определить не подходящее по смыслу слово и подобрать нужное:

Мама с бочками
(дочками) пошла
По дороге вдоль села.



Сели в ложку (лодку) и - айда!
По реке туда-сюда.

Мишка плачет и ревет:
Просит пчел, чтоб дали лед (мед).



Доски на гору везем,
Будем строить новый ком (дом).

Загадки

**Загадайте ребёнку загадки. Попросите выделить в
слове-отгадке первый звук.**

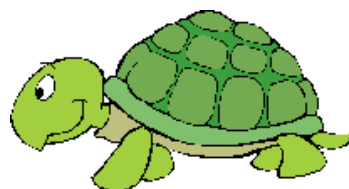
Он вздыхает очень тяжело –
Так бедняжка растолстел,
Что зеленую тельняшку
На себя с трудом надел.
(Арбуз)

Дети, мамы, папы Носят только
шляпы.
(Грибы)

Испугается - бежит,
Остановится - дрожит.
(Заяц)

Озорует слишком, Лишь родился,
Сразу он Свой сломал Домишко.
(Цыпленок)

Что сказать о ней? Трусишка.
Тихо жить старается.
Костяной надежной крышкой
С детства укрывается.
(Черепаха)



С виду кроха, Но - силен,
Он не любит Свет дневной,
Проживает Под землей,
Землю роет, Роет, роет –
Каждый день Метро он строит.
(Крот)