**Давайте поиграем.**

 Подвижные игры способствуют развитию двигательных навыков, что так необходимо в дошкольном и школьном возрасте. Ведь организм ребенка растет и требует развитие определенных двигательных навыков. Зрительная гимнастика снимает напряжение, дыхательная гимнастика способствует укреплению дыхательных мышц, насыщает организм кислородом. Мы сделали подборку игр, включающих в себя дыхательную гимнастику, зрительную, развитие двигательных навыков.

***Капитаны***

Капитан в бинокль смотрит (делаем руками воображаемый бинокль)

Тучи по небу гуляют (руки вверх, машем руками)

Ветер лодочку качает,

Дует, дует, задувает (дыхательное упражнение)

Волны сильно разгулялись

И кораблик закачался (машем вверх поднятыми руками)

И поплыл он по волнам

Что же делать капитан?

Тучи нужно разогнать

И руками помахать (машем руками, разгоняя тучи)

И наклоны, повороты нам помогут для работы (движения согласно тексту)

Чтобы тучи разогнать, нужно прыгать и скакать (согласно тексту)

Выше, выше вот прыжок, вот и солнышка глоток

Выше к солнцу потянулись (встаем на носочки и тянемся вверх)

И друг другу улыбнулись (улыбаемся друг другу).

***Макароны***

Макароны мы сварили (берем воображаемую ложку мешаем макароны)

И про выбор не забыли

Много видов макарон

Их заполнить можно дом

Длинные, короткие (показываем длинные пальчики, короткие)

Рожки (по очереди сгибаем пальцы на руках)

Перья (ставим пальчики прямо)

Паутинки (накладываем пальчики на пальчики)

И спирали

И пружинки (ставим пальчики на твердую поверхность и пружиним ими)

Много макарон есть,

Только жалко все не съесть.

***Тучка***

Тучка серая пришла

Солнышко то не нашла

Стала тучечка кричать

«Выходи со мной играть» (проговариваем фразу громко, тихо)

Стала тучка грустить

Мелкий дождик начал лить (стучим пальчиками поочередно кап, кап)

Капал, капал все сильней (быстрее стучим пальчиками)

Тучке стало все грустней

Дождь полил как из ведра (стучим пальчиками быстро)

Разбегайтесь кто куда

Гром гремит, дождик льет

Дождик все сильней идет

Тучки плакать перестала (стучим по тише и перестаем)

И за деревом пропала.

**Самолеты**

Полетим на самолете (руки в стороны идем по кругу)

Между сосен и полей

Мы расправим крылья шире

Чтоб лететь нам побыстрей (увеличиваем шаг, переходим на бег)

А вокруг нас скалы, скалы (наклоны в стороны)

Ты дружочек не зевай (повороты)

А держись ка ты по крепче и за нами повторяй (приседания).

***Ветер***

Бывает ветер теплый

Бывает холодней (дыхательное упражнение)

А есть еще морозный

Порывы, штормовой ( дуем прерывисто)

А есть еще муссоны

Переменчевы ветра (дуем в одну сторону, потом в другую)

А шквальный ветер бора

Силен и резок был (дуем сильно)

Бриз в море, озере живет

И сушу посещает (дуем потихоньку)

Торнадо сильный средь ветров (дуем сильно)

Что крыши улетают

Есть жаркий ветер суховей

Живет в своей пустыни

Какое множество ветров собрали вместе с вами.