Мимические разминки

«Я не знаю»

Выбрать мальчика незнайку. О чём его ни спросят, он ничего не знает. Дети задают ему разные вопросы, а он молчит, разводит руками: «Не знаю», «Ничего не видел». Выразительные движения: поднятие бровей, опускание уголков губ, поднятие плеч, разведение руками.

 «Золотые капельки»

Идёт тёплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучи выглянуло солнце. Дождь стал золотым. Подставьте лицо золотым капелькам дождя. Приятен тёплый летний дождь. Можно использовать музыкальное сопровождение: Д. Христов «Золотые капельки». Выразительные движения: голова запрокинута, рот полуоткрыт, глаза закрыты, мышцы лица расслаблены, плечи опущены. «Лисёнок боится» Лисёнок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко. Выразительные движения: глаза широко раскрыты, брови опущены и нахмурены. «Ночные звуки»

Лес ночной был полон звуков: Кто-то выл, а кто - мяукал, Кто-то хрюкал, кто-то топал, Кто-то крыльями захлопал, Кто-то ухал и кричал. И глазищами вращал. Дети изображают деревья, коряги, пеньки, не сходя с места, они принимают угрожающие позы, издают «страшные» звуки.

«Сердитая кошка»

 Полезно чередовать с позой доброй кошки. Исходное положение тоже, Далее ребенок опускает голову, а спину плавно выгибает вверх. Дыхание произвольное. Ребенка просят подумать о том, что его сердит и злит, можно «порычать» и «поцарапать коготками пол». Удерживать позу 10-15 секунд.

 «Прыгающий кузнечик»

Ребенок лежит на животе, касаясь подбородком пола. Руки вдоль тела ладонями вниз. Сделав спокойный вдох и выдох, нужно одновременно как можно выше поднять руки ладонями вверх и прямые ноги. Держать позу 5-10 секунд. Затем с выдохом плавно опустить руки и ноги. Отдохнуть необходимо лежа на животе; можно повторить 2-3 раза. «Кошкины повадки»

 Полюбуемся немножко, Как ступает мягко кошка. Еле слышно топ-топ-топ, Хвостик книзу: оп-оп-оп. (дети ходят на цыпочках, стараясь делать это максимально бесшумно) Но, подняв свой хвост пушистый, Кошка может быть и быстрой. Ввысь бросается отважно, А потом вновь ходит важно. (легкие и быстрые прыжки на месте сменяются неспешной грациозной ходьбой с выпрямленной спиной и гордо приподнятой головой. На ходу «кошки» слегка покачиваются в стороны.) «Что сделать?» Что сделать, чтоб вырос красивый цветок? Чтоб крепким, высоким был стебелёк? Чтобы бутончик раскрылся? Чтобы цветок распустился? Землю лопатой нужно взрыхлить. Бережно семечко посадить. Что семечку нужно, чтоб прорасти? Дождику нужно почаще идти! Семечко чистой водички напьётся, Стебель из семечка к солнцу пробьётся! Солнце цветам помогает расти. Солнышку нужно поярче светить! К солнышку тянется стебелёк, И за листком вырастает листок. Вот и прекрасный цветок распустился. Солнце и дождик, и руки мои Вместе цветку подрасти помогли! Выполнять движения в соответствии с текстом. «Считалочка – утешалочка» Раз, два, три – Слёзы ты утри. Три, четыре, пять – Хватит плакать и рыдать. Пять, шесть, семь – Ты не плачь совсем! «Штанга» Ребенок поднимает «тяжелую штангу», потом бросает ее и отдыхает. «Заколдованный ребенок» Ребенка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает жестами, показывая рукой на различные предметы и указывая направления: шкаф, стол, внизу, вверху, там.

 «Сосулька»

У нас под крышей Белый гвоздь висит. Солнце взойдет – Гвоздь упадет. Во время произнесения первой и второй строчек дети держат руки над головой, во время третьей и четвертой – роняют расслабленные руки и приседают. «Шалтай – Болтай Шалтай – Болтай Сидел на стене. Шалтай – Болтай Свалился во сне. Ребенок поворачивает туловище вправо-влево, при этом руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» ребенок резко наклоняется вперед. Волшебная мирилка Хватит ссориться и злиться! Ну, давай скорей мириться! Прочь, обида, уходи! Ждёт нас дружба впереди! «Вот он какой!» Ребенок должен без слов рассказать о размерах и форме хорошо известных ему предметов. Он воспроизводит отчетливые жесты, которые характеризуют предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, мелкий, длинный, короткий.