





АЛФАВИТ ТЕЛОДВИЖЕНИЯ

С помощью увеличения двигательной активности осуществлять коррекцию развития речи, физического развития, а также способствовать обучению дошкольников грамоте. «Алфавит телодвижений» состоит из 33 двигательных поз, образно представляющих буквы алфавита.

Дети на слух и зрительно воспринимают название букв и, используя мышечное чувство и мышечное давление, изображают эту букву. И наоборот, анализируя ту или иную позу, называют изображаемую букву. В данном случае соединяется абстрактное представление буквы с мышечными ощущениями, благодаря чему условные связи в коре головного мозга укрепляются и впоследствии легко воспроизводятся. Движения, которые выполняются при показе той или иной буквы, хорошо знакомы и доступны детям и имеют общеразвивающий характер.



<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
А		«А» - начало алфавита, Тем она и знаменита. А узнать ее легко -Ноги ставит широко.	И. п. - стоя, ноги врозь, наклон вниз, локтями касаться коленей
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Б		Буква «Б» проснется рано, Буква «Б» - бочонок с краном, Буква «Б» - с большим брюшком, в кепке с длинным козырьком.	И. п. - о. с., левая нога согнута, касается носком стопы правой ноги, левая рука в сторону, кисть вниз.

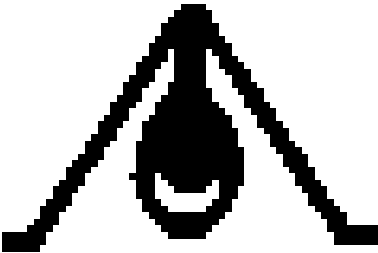
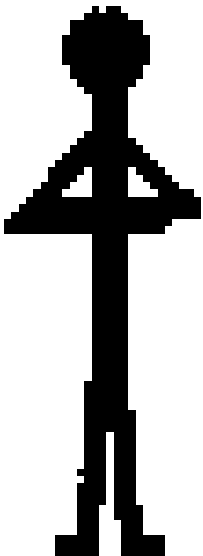
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>В</i>		<p>«В» - буква очень важная, Воображала страшная: Грудь колесом, живот надут, Как будто нет важнее тут!</p>	<p>И. п. - о. с, левая нога согнута, отведена в сторону у стопы правой ноги, левая рука на поясе.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>Г</i>		<p>Перед нами буква «Г» Стоит подобно кочерге.</p>	<p>И. п. - о. с, левая рука в сторону, кисть вниз.</p>

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>Д</i>		Вот стоит, дымок пуская, Буква «Д» - труба печная.	И. п. - широкая стойка, ноги врозь, полуприсед, руки вверх над головой, ладони вместе.
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>Е</i>		Что же это за девица? Не швея, не мастерица... Много ручек у нее, Руки вытянув ко мне, Так ведь это буква «Е».	И. п. - сидя, ноги вперед, левая рука прямая вперед, правая согнута в локтевом суставе и притянута к туловищу, голова опущена вниз.


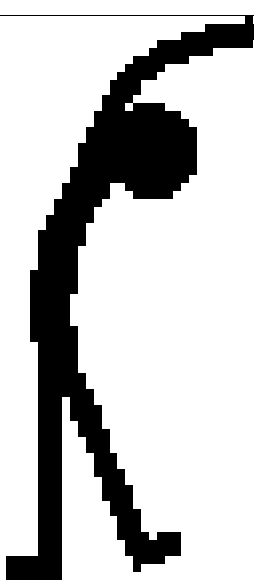
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Ё</p> 	<p>Буква «Е» передохнула, Как тотчас же на нее Пара птенчиков вспорхнула -Получилась буква «Ё».</p>	<p>И. п. - то же, подтянуть голову и кисть левой руки вверх.</p>	
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Ж</p> 	<p>Эта буква широка, И похожа на жука, И при этом точно жук Издаёт жужжащий звук.</p>	<p>И. п. - широкая стойка, полуприсед, полусогнутые руки вверх, в сторону.</p>	

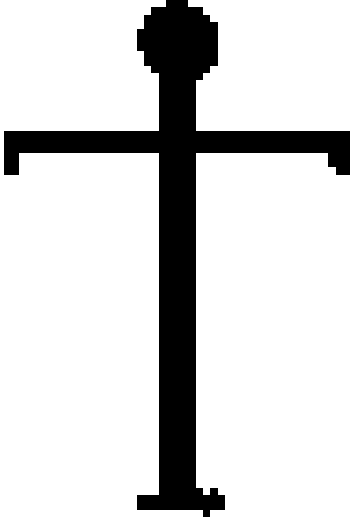
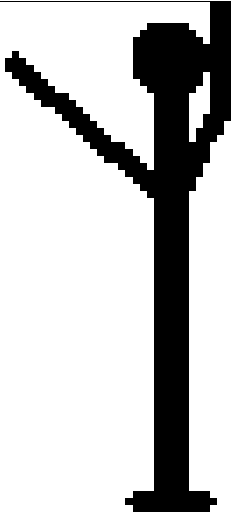
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
З		На эту букву посмотри, Она совсем как цифра три. «З» - не просто завитушка, «З» - пружинка, крендель, стружка.	И. п. - стоя, ноги врозь, наклон вправо, руки полусогнутые вверх, в сторону, ладони полусогнутые.
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
И		На калитку посмотри: Чем она не буква «И»?	И. п. - о. с, правая рука согнута перед грудью, кисть на левом плече.

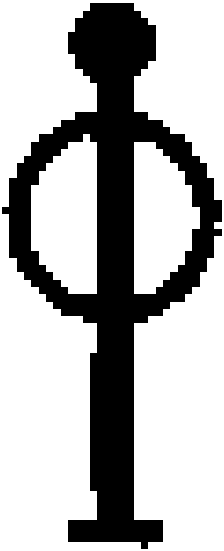
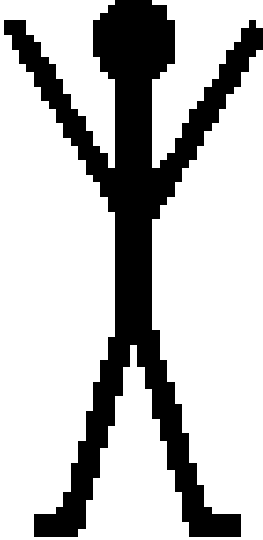
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
К		<p>Сигнальщик держит два флажка, С флажками он, как буква «К».</p>	<p>И. п. - левая нога отведена в сторону на носок, левая рука вверх, в сторону.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Л		<p>Алфавит продолжит наш Буква «Л» - лесной шалаш.</p>	<p>И. п. - стоя, ноги вместе, наклон вниз, с опорой на кисти рук.</p>

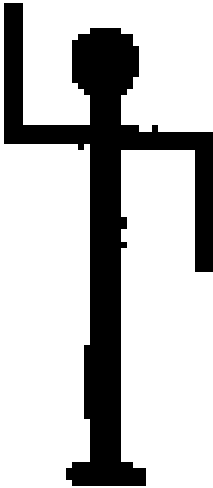

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>M</i>		<p>Хорошо известно всем, Где метро, там буква - «М».</p>	<p>И. п. - широкая стойка, наклон вперед, руки вперед, вниз, ладони вместе.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>H</i>		<p>«H» - натянутая сетка, Сетку держат очень крепко. Приходите к нам во двор, Поиграем в волейбол.</p>	<p>И. п. - стоя, ноги врозь, руки согнуты в локтях впереди, пальцы к локтю.</p>



<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>О</p> 	<p>В этой букве нет угла, Оттого она кругла. До того она кругла, Покатиться бы могла.</p>	<p>И. п. - лежа на животе, руками захватить стопы ног, удержать, прогнуться.</p>	
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>П</p> 	<p>Букву «П» в спортивном зале Перекладиной назвали. Ну-ка, милый, не ленись, Подойди и подтянись.</p>	<p>И. п. - о. с, наклон вперед, руки вперед, вниз.</p>	



<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>Р</i>		Буква «Р» - на мачте парус, Вдаль плывет, небес касаясь.	И. с. - о. с, левая рука на пояс.
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>С</i>		Полумесяц в небе темном Буквой «С» повис над домом.	И. п. - стоя, левая нога в сторону на носок, правая рука вверх, наклон влево, левая рука за спину.

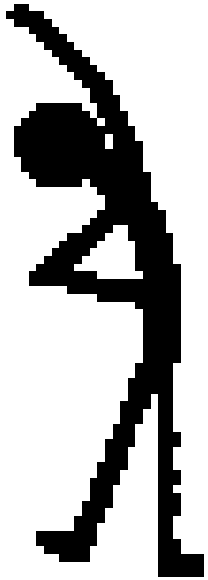

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>Г</i>		<p>«Т» - в антенну превратилась И на доме очутилась.</p>	<p>И. п. - о. с, руки в сторону, кисти вниз.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<i>У</i>		<p>«У» - сучок. В любом лесу Ты увидишь букву «У».</p>	<p>И. п. - о. с, левая рука вверх, правая вверх, в сторону.</p>


<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Ф</p>		<p>Федя ходит руки в боки, Значит, выучил уроки.</p>	<p>И. п. - о. с, руки на пояс.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Х</p>		<p>На ходулях скороход Собирается в поход. Руки, ноги развела, Сразу вижу букву «Ха».</p>	<p>И. п. - широкая стойка, руки вверх, в сторону.</p>

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Ц</p> 	<p>Буква «Ц» - вниз крючок, Точно с краником бачок.</p>	<p>И. п. - о. с, правая рука согнута в локте вверх, в сторону, левая вниз, в сторону.</p>	
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Ч</p> 	<p>Да, вы правильно решили, «Ч» мы пишем, как четыре. Только с цифрами, друзья, Буквы путать нам нельзя.</p>	<p>И. п. - о. с, правая рука согнута в локтевом суставе вверх, в сторону.</p>	

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Ш</p> 	<p>«Е» на спину повернулась, Буквой «Ш» нам обернулась.</p>	<p>И. п. - лежа на спине, левая рука вперед, вверх, правая согнута в локте и прижата к туловищу, ноги вверх.</p>	
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
<p>Щ</p> 	<p>«Щ» - играющий щенок, Кверху лапками он лег.</p>	<p>И. п. - то же, но согнуть правую ногу и поставить на пол.</p>	

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Ъ		<p>Из ведра не просто так Нам воды напиться. Нужен ковшик - твердый знак, Чтобы не облиться.</p>	<p>И. п. - о. с, левая нога согнута и отведена в сторону на пояс, правая рука согнута в локте и отведена в сторону.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Ь		<p>Буква «Р» перевернулась, Мягким знаком обернулась.</p>	<p>И. п. - о. с, то же, но голова прямо.</p>

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Э		<p>Буква «Э» с открытым ртом И большущим языком.</p>	<p>И. п. - стоя, ноги врозь, левая рука вверх, правая на поясе, наклон туловища вправо.</p>
<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Ю		<p>Чтобы «О» не укатилось, Крепко к столбику прибью. Ой, смотри-ка, получилась... Буква «Ю».</p>	<p>И. п. - о. с, боком, в руках обруч.</p>

<i>Буква</i>	<i>Поза</i>	<i>Мотивация</i>	<i>Выполнение</i>
Я		<p>Каждый знает, буква «Я» -Самая хвастливая. Яркая, ясная, самая прекрасная. Ножку в сторону отставляю -Любоваться всех заставляю.</p>	<p>И. п. - о. с, правая нога в сторону на носок, правая рука на пояс.</p>