

**Картотека речевых упражнений без
музыкального сопровождения для детей
старшей и подготовительной к школе групп
«Быть здоровыми хотим!»**

**Составитель
учитель-логопед
Силкова К. А.**

Лексическая тема «День знаний»

Прочь, усталость, лень и скука

Мы к плечам прижали руки, Руки к плечам

Начинаем их вращать. Вращение вперед, назад

Прочь, усталость, лень и скука,

Будем мышцы разминать!

А теперь покрутим шеей, Вращение головой

Это мы легко сумеем.

Как упрямые все дети,

Скажем: «Нет!» – на всё на свете.

А теперь мы приседаем Приседания

И колени разминаем.

Ноги до конца сгибать!

Раз-два-три-четыре-пять.

Напоследок пошагаем, Марш на месте

Выше ноги поднимаем!

Лексическая тема «Транспорт»,

«Правила дорожного движения»

Дети едут на машине

Дети едут на машине, Марш

Смотрят на дорогу –

Слева – постовой стоит, Наклон влево

Справа – светофор горит. Наклон вправо

Повторяем несколько раз без остановок.

Дети подготовительной группы маршируют, положив руки друг другу на плечи, в этом же положении выполняют наклоны.

Лексическая тема «Детский сад»

Ты давай-ка, не ленись! Обе прямые руки подняты
Руки вверх и руки вниз. вверх, рывком опустить руки
Ты давай-ка, не ленись!
Взмахи делай чётче, резче,
Тренируй получше плечи.
Корпус вправо, корпус влево – Повороты корпуса
Надо спинку нам размять.
Повороты будем делать
И руками помогать.
На одной ноге стою, По очереди поднимать согнутые в
А другую подогну. коленях ноги как можно выше.
И теперь попеременно
Буду поднимать колени.
Отдохнули, посвежели
И на место снова сели. Дети садятся на корточки.

Движения выполняем в ритм стихотворению.

Лексическая тема «Сад – огород»

Удивляемся природе

Мы стоим на огороде, Потягивания – руки в стороны
Удивляемся природе.
Вот салат, а здесь укроп. Правой рукой коснуться
Там морковь у нас растёт. левой ступни, потом наоборот
Поработаем с тобой, Приседания
Сорнякам объявим бой –
С корнем будем выдирать
Да пониже приседать.
У забора всем на диво Потягивания – руки в стороны
Пышно разрослась крапива.
Мы её не будем трогать – Потягивания – руки вперёд
Обожглись уже немного.
Все полили мы из лейки Маршируем
И садимся на скамейки.

Лексическая тема «Хлеб»

Быстро вертится крыло,	<u>Вращаем руками</u>
Мелет мельница зерно.	
А из молотой муки	<u>Наклоны в стороны</u>
Испёк пекарь пироги.	
Колобки и сушки,	<u>Прыжки на месте</u>
Крендель для Танюшки	<u>Хлопки руками</u>

Лексическая тема «Деревья и кусты»

Во дворе стоит сосна	
Во дворе стоит сосна,	<u>Подъем на носочки</u>
К небу тянется она.	
Тополь вырос рядом с ней,	<u>добавляем подъём</u>
Быть он хочет подлинней.	<u>рук вверх</u>
Ветер сильный налетал,	<u>Наклоны корпуса</u>
Все деревья раскачал.	<u>в стороны</u>
Ветки гнутся взад-вперёд,	<u>Наклоны корпуса</u>
Ветер их качает, гнёт.	<u>вперед-назад</u>
Будем вместе приседать –	<u>Приседания</u>
Раз, два, три, четыре, пять.	
Мы размялись от души	<u>Маршируем</u>
И на место вновь спешим.	

Лексическая тема «Ягоды, грибы»

А в лесу

Мы по лесу шли, шли, шли,	<u>Маршируем</u>
Земляничку нашли	<u>Наклон в сторону на каждое слово</u>
Сели, съели, дальше пошли.	<u>Хлопаем</u>
Мы по лесу шли, шли, шли,	<u>Маршируем</u>
Малину нашли.	<u>Наклон в сторону на каждое слово</u>
Раз, два, три, четыре, пять,	<u>Маршируем</u>
Мы идём искать опять.	
А в лесу растёт черника,	<u>Приседания</u>
Земляника, голубика.	
Чтобы ягоду сорвать,	
Надо глубже приседать.	
Нагулялся я в лесу.	<u>Маршируем</u>
Корзинку с ягодой несу.	

Лексическая тема «Наш город»

Мы по городу шагаем,	<u>Маршируем</u>
Много видим, называем:	<u>Наклоны вперёд с</u> <u>поднесением рук ко лбу</u> <u>поочередно</u>
Светофоры и машины,	<u>Вращение корпуса</u>
Ярмарки и магазины,	<u>вправо, влево</u>
Скверы, улицы, мосты,	<u>Поднимаем руки вверх</u>
И деревья, и кусты.	

Лексическая тема «Посуда»

Вот большой	<u>«надуть» живот,</u>
стеклянный чайник,	<u>одна рука на поясе,</u>
Очень важный,	<u>другая - изогнута, как носик,</u>
как начальник.	<u>повороты вправо-влево</u>
Вот фарфоровые чашки,	<u>присесть руки на поясе</u>
Очень хрупкие, бедняжки.	
Вот фарфоровые блюда,	<u>вращение руками</u>
Только стукни –	<u>На слове «стукни» - хлопок,</u>
разобьются.	<u>встряхивание кистей рук</u>
Вот серебряные ложки,	<u>потянуться, руки сомкнуть</u>
	<u>над головой (2 раза)</u>
Вот пластмассовый	<u>Правая рука – вперёд, левая –</u>
	<u>вперёд, правая – на пояс,</u>
поднос –	<u>левая – на пояс</u>
Он посуду нам принес.	<u>Маршируем</u>

Лексическая тема «Мебель»

Коля неряха

Коля, Коля Николай,	<u>Дети идут по кругу</u>
За собою убирай!	<u>друг за другом.</u>
У тебя ленивы руки:	<u>Хлопают в ладоши</u>
Под столом ремень и брюки,	<u>Приседают.</u>
Не в шкафу рубаха,	
Николай-неряха.	<u>Грозят пальчиком</u>

Лексическая тема «Семья»

Кто живет у нас в квартире

Кто живет у нас в квартире?	<u>Хлопаем в ладоши</u>
Раз, два, три, четыре,	
Кто живет у нас в квартире?	<u>Шагаем на месте</u>
Раз, два, три, четыре, пять	<u>Прыжки на месте</u>
Всех могу пересчитать:	<u>Шагаем на месте</u>
Папа, мама, брат, сестра,	<u>Хлопаем в ладоши</u>
Кошка Мурка, два котенка,	<u>Наклоны туловища</u> <u>влево-вправо</u>
Мой сверчок, щегол и я –	<u>Повороты туловища</u> <u>влево-вправо</u>
Вот и вся моя семья,	<u>Хлопаем в ладоши</u>

Лексическая тема

«Подготовка лесных животных к зиме»

Скок-поскок, скок-поскок,	<u>Прыжки вперед-назад</u>
Зайка прыгнул на пенёк.	
В барабан он громко бьёт,	<u>Хлопаем в ладоши</u>
В чехарду играть зовёт.	
Зайцу холодно сидеть,	<u>Приседаем</u>
Нужно лапочки согреть.	
Лапки вверх, лапки вниз,	<u>Встаем на носочки –</u>
На носочки подтянись.	<u>руки вверх, опускаем</u> <u>руки и пятки</u>
Лапки ставим на бочок,	<u>ставим стопы на</u> <u>внешнюю сторону (2 р.)</u>
На носочках скок-скок-скок.	<u>Прыжки</u>
А затем вприсядку,	<u>Приседаем</u>
Чтоб не мёрзли лапки.	

Лексическая тема «Зима»

Солнце землю греет слабо

Солнце землю греет слабо,

По ночам трещит мороз,

Во дворе у Снежной Бабы

Побелел морковный нос.

В речке стала вдруг вода

Неподвижна и тверда,

Вьюга злится,

Снег кружится,

Заметает все кругом

Белоснежным серебром.

Руки вверх и вниз

Руки на пояс, наклоны в
стороны

Руки на пояс, приседы с
поворотом

Дети стучат по носу

Прыжки на месте

Руки поочередно вперёд

Руки поочередно на пояс

Дети кружатся

Лексическая тема «Домашние птицы»

Петух

Шел по берегу петух

Поскользнулся – в речку бух!

Будет знать петух, что впредь

Надо под ноги смотреть!

шаги с высоким

подниманием ног

круговые движения

руками, присесть

погрозить пальцем

наклоны вперед

Лексическая тема «Зимующие птицы»

Снегири

Вот на ветках посмотри,	<u>Хлопать руками по</u>
	<u>бокам</u>
В красных майках снегири.	<u>Наклонять голову в</u>
	<u>стороны</u>
Распушили пёрышки,	<u>Частое потряхивание</u>
	<u>руками</u>
Греются на солнышке.	<u>Потягивания руки вверх</u>
Головой вертят, улететь хотят.	<u>Повороты головы.</u>
Кыш! Кыш! Улетели!	<u>Дети разбегаются по</u>
	<u>комнате, взмахивая</u>
За метелью! За метелью!	<u>руками, как крыльями.</u>

Лексическая тема «Новый год у ворот!»

Выпал беленький снежок

Я мороза не боюсь,	<u>Шагаем на месте</u>
С ним я крепко подружусь.	<u>Хлопаем в ладоши</u>
Подойдет ко мне мороз,	<u>Приседаем</u>
Тронет руку, тронет нос	
Значит, надо не зевать,	<u>Хлопаем в ладоши</u>
Прыгать, бегать и играть.	<u>Прыжки на месте</u>

Лексическая тема «Зимние забавы»

Мы на лыжах в лес идём,	<u>Дети машут руками,</u>
Мы взбираемся на холм.	<u>словно работают</u>
Палки нам идти помогут,	<u>лыжными палками</u>
Будет нам легка дорога.	
Вдруг поднялся сильный ветер,	<u>Вращение туловищем</u>
Он деревья крутит, вертит	<u>вправо и влево</u>
И среди ветвей шумит.	
Снег летит, летит, летит.	
По опушке зайчик скачет,	<u>Прыжки</u>
Словно белый мягкий мячик.	
Раз прыжок и два прыжок -	
Вот и скрылся наш дружок!	
Хоть приятно здесь кататься,	<u>Маршируем</u>
Надо снова заниматься.	
Головою мы вращаем,	<u>Вращение головой</u>
Будто твёрдо отвечаем:	<u>вправо и влево</u>
«Нет, не буду, не хочу!»	
Это детям по плечу.	

Лексическая тема «Домашние животные»

Мы пришли на скотный двор	
Мы пришли на скотный двор,	<u>Маршируем.</u>
Для животных здесь простор.	
Рядом луг с густой травой	<u>Руки поочерёдно вперёд</u>
И прекрасный водопой.	<u>и на пояс</u>
Превратимся мы в коней ,	<u>медленный бег с высоко</u>
Грაციозных, стройных.	<u>поднятыми коленями</u>
Погуляем по лугам,	
Светлым и привольным.	
-Цок-цок-цок, табун галопом	<u>Ускоряемся</u>
Быстро скачет по лужку.	
-Иго-го,- кричим мы громко	
Молодому пастушку.	

Лексическая тема «Дикие животные родного края»

Медведь по лесу бродит,	<u>Идти вразвалочку</u>
От дуба к дубу ходит.	
Находит в дуплах мёд	<u>Наклоны вперёд</u>
И в рот к себе кладёт.	
Облизывает лапу	<u>имитация движения через</u>
Сластёна косолапый,	<u>наклоны головы</u>
А пчёлы налетают,	<u>Вращение руками</u>
Медведя прогоняют.	
А пчёлы жалят мишку:	<u>Топаем</u>
«Не ешь наш мёд, воришка».	
Бредёт лесной дорогой	<u>Идти вразвалочку</u>
Медведь к себе в берлогу.	
Ложится, засыпает	<u>Наклоны головы в сторону</u>
И пчёлок вспоминает.	<u>руки под щеку</u>

Лексическая тема «Животные Севера»

Здесь всюду холод, лед и тень,	<u>дети обнимают</u>
	<u>себя за плечи</u>
Полгода – ночь,	<u>закрывают глаза ладонями и</u>
Полгода – день.	<u>открывают</u>
Изо льда здесь люди строят дом,	<u>соединять руки</u>
	<u>над головой – «крыша»</u>
И океан покрыт весь льдом.	<u>разводят руки в стороны</u>
Зверей ты здесь почти не встретишь.	<u>ставят ладонь</u>
	<u>козырьком над</u>
	<u>глазами, наклоны</u>
И птиц ты в небе не заметишь.	<u>делают махи</u>
	<u>руками</u>
Лишь мишка, белый, словно иней,	<u>подражают</u>
	<u>походке медведя</u>
Хозяин ледяной пустыни.	

Лексическая тема «Животные жарких стран»

Дилы-дилы-дилы –	<u>Прямые руки перед собой</u>
Появились крокодилы.	<u>сомкнуть, разомкнуть</u>
Моты-моты-моты –	<u>Шагаем вразвалочку</u>
Появились бегемоты.	
Афы-афы-афы –	<u>Идём на полупальцах</u>
Жуют листики жирафы.	<u>Руки вверх</u>
Ны-ны-ны –	<u>Трясти кистями рук</u>
Водой брызгают слоны.	
Яны-яны-яны –	<u>Прыжки</u>
По веткам скачут обезьяны.	

Лексическая тема «Профессии на транспорте»

Быть шофёром хорошо,	<u>Идут по кругу, крутят</u>
	<u>воображаемый руль,</u>
А лётчиком лучше.	<u>расставив руки в</u>
Я бы в лётчики пошёл,	<u>стороны как крылья</u>
Пусть меня научат.	
Наливаю в бак бензин,	<u>Приседания</u>
Завожу пропеллер.	<u>Круговое движение</u>
	<u>правой рукой.</u>
« В небеса, мотор, вези,	<u>Бегут, расставив руки.</u>
Чтобы птицы пели.»	

Лексическая тема «Военные профессии»»

– На одной ноге постой-ка,	<u>Маршируем</u>
Будто ты солдатик стойкий.	
Ногу левую к груди,	<u>По тексту</u>
Да смотри – не упади.	
А теперь постой на левой,	
Если ты солдатик смелый.	
Раз, два – дружно в ногу.	<u>Маршируем</u>
Три, четыре – тверже шаг.	

Лексическая тема «Профессии»

Маляры

Маляры известку носят,	<u>Идут по кругу</u>
Стены кистью купоросят.	<u>Лицом в круг,</u> <u>изображают движения</u> <u>кистью.</u>
Не спеша разводят мел.	<u>Наклонились, «мешают</u> <u>в ведре»</u>
Я бы тоже так сумел	<u>«Красят».</u>

Продавец

Продавец ребятам рад.	<u>Хлопаем</u>
В магазине для ребят	
Есть матрёшки расписные,	<u>Руки на поясе,</u> <u>приседаем</u>
Есть машинки заводные,	<u>Маршируем, в руках</u> <u>«руль»</u>
Золотые рыбки	<u>Изображаем руками</u>
И всем нам по улыбке.	<u>Прыжки</u>

Лексическая тема «Весна. Мамин праздник»

Мамам дружно помогаем:	<u>Наклоны вперёд,</u>
Сами в тазике стираем.	<u>имитируем полоскание</u>
И рубашки, и носочки	<u>Поочередно руки вперёд</u>
Для сыночка и для дочки.	<u>и на пояс</u>
Через двор растянем ловко	<u>Потягивания –</u>
Для одежды три верёвки.	<u>руки в стороны</u>
Светит солнышко-ромашка,	<u>Потягивания –</u>
Скоро высохнут рубашки.	<u>руки вверх</u>

Лексическая тема «Перелётные птицы»

Цапля ходит по воде	<u>Рывком высоко поднимать</u>
И мечтает о еде.	<u>ноги, согнутые в колене.</u>
Ноги выше поднимай	
Ты, как цапля, не зевай!	
Чтоб поймать еду в водиче,	<u>Наклониться и достать</u>
Надо цапле наклониться.	<u>правой рукой левую</u>
Ну-ка тоже наклонись,	<u>ступню потом левой</u>
До носочка дотянись.,	<u>рукой правую ступню.</u>

Лексическая тема «Весна»

Ветер веет над полями,	<u>Дети плавно качают</u>
И качается трава.	<u>руками над головой.</u>
Облако плывет над нами,	<u>Потягивания, руки</u>
Словно белая гора.	<u>вверх.</u>
Ветер пыль над полем носит.	<u>Наклонились и машем</u>
	<u>руками</u>
Наклоняются колосья –	<u>Выпрямляемся</u>
Вправо-влево, взад-вперёд,	<u>Наклоны вправо-влево</u>
А потом наоборот.	<u>вперёд-назад</u>
Мы взбираемся на холм,	<u>Ходьба на месте</u>
Там немного отдохнём.	

Лексическая тема «Сезонная одежда и обувь»

Обуваемся

Я умею обуваться,	<u>топать ногами</u>
Если только захочу,	
Я и маленького братца	<u>руки перед грудью,</u>
Обуваться научу.	<u>приседаем</u>
Вот они, сапожки,	<u>наклоны вперед</u>
Этот с правой ножки,	<u>выставить на пяточку</u>
Этот с левой ножки.	<u>соответствующую ногу.</u>

Лексическая тема «Головные уборы»

Чтоб головка не болела,	<u>Вращение головой</u>
Ей вращаем вправо-влево.	
А теперь руками крутим –	<u>Вращение рук в локтях</u>
И для них разминка будет.	
Тянем наши ручки к небу,	<u>Выполняя подъём на</u> <u>полупальцы делаем</u>
В стороны разводим.	<u>движения по тексту</u>
Повороты вправо-влево,	<u>Повороты</u>
Плавно производим.	
Наклоняемся легко,	<u>Наклоны вперёд</u>
Достаём руками пол.	
Потянули плечи, спинки.	<u>Руки вверх, в стороны,</u>
А теперь конец разминке.	<u>вниз</u>

Лексическая тема «Виды росписи, виды игрушек»

Мы веселые милашки	<u>руки на пояс раскачиваться</u>
Чудо – куклы, неваляшки	<u>в стороны</u>
Мы танцуем и поем	<u>приседание</u>
Очень весело живем	<u>прыжки на месте</u>

Лексическая тема «Космос»

А сейчас мы с вами, дети,	<u>Маршируем</u>
Улетаем на ракете.	
На носки поднимись,	<u>Стойка на носках, ладони образуют «купол ракеты»</u>
А потом руки вниз.	<u>Опускаем руки вниз</u>
Раз, два, три, четыре –	<u>Прыжки</u>
Вот летит ракета ввысь!	

Лексическая тема «Орудия труда»

Раз, два, три, четыре, пять	<u>Хлопаем</u>
Хлопаем руками.	
За дровами мы идем	<u>Маршируем</u>
И пилу с собой несём.	
Вместе пилим мы бревно,	<u>Наклоны вперёд (90°),</u>
Очень толстое оно.	<u>вытягиваем руки</u>
Чтобы печку протопить,	
Много надо напилить.	
Чтоб дрова полезли в печку,	<u>Наклоны «колют дрова»</u>
Их разрубим на дощечки,	
А теперь их соберём	<u>Маршируем</u>
И в сарайчик отнесём,	
После тяжкого труда	<u>Приседаем</u>
Надо посидеть всегда.	

Лексическая тема «Продукты питания»

Раз – подняться, потянуться,	<u>Потянулись</u>
Два – согнуться, разогнуться,	<u>Наклоны</u>
Три – в ладоши три хлопка,	<u>Хлопки в ладоши</u>
Головою три кивка.	<u>Наклоны головы</u>
На четыре – руки шире,	<u>Руки в стороны</u>
Пять – руками помахать,	<u>Махи руками</u>
Шесть – на место сесть опять.	<u>Приседаем</u>

Лексическая тема «День победы»

Как солдаты на параде,	<u>Маршируем</u>
Мы шагаем ряд за рядом,	
Левой – раз, левой – раз,	
Посмотрите все на нас.	
Все захлопали в ладошки –	<u>Хлопаем</u>
Дружно, веселей!	
Застучали наши ножки	<u>Быстро топаем</u>
Громче и быстрее!	

Лексическая тема «Рыбы»

К речке быстрой мы спустились,	<u>Маршируем</u>
Наклонились и умылись.	<u>Наклоны вперед,</u> <u>руки на поясе</u>
Раз, два, три, четыре,	<u>Хлопаем в ладоши</u>
Вот как славно освежились.	<u>Встряхиваем руками</u>
Делать так руками нужно:	<u>Вращаем прямыми</u>
Вместе – раз, это брасс.	<u>вперед</u>
Одной, другой – это кроль.	<u>Круги руками вперед</u> <u>поочередно</u>
Все, как один, плывем как дельфин.	<u>Прыжки на месте</u>
Вышли на берег крутой	<u>Шагаем на месте</u>
Вместе пойдём мы домой	

Лексическая тема «Насекомые»

Паучок

Паучок под лавку	<u>прыгают на двух ногах</u>
Упал.	
Ненароком лапку	
Сломал.	<u>прыжки на одной ноге</u>
В городскую лавку	
Сходил	
И другую лапку	<u>поочередно выставляют ноги</u>
Купил.	<u>на пятку</u>

Лексическая тема «Лето. Цветы»

Видишь, бабочка летает,	<u>Машем руками</u>
На лугу цветы считает.	<u>Считаем пальчиком</u>
– Раз, два, три, четыре, пять.	<u>Хлопки в ладоши</u>
Ох, считать не сосчитать!	<u>Прыжки на месте</u>
За день, за два и за месяц...	<u>Шагаем на месте</u>
Шесть, семь, восемь,	<u>Хлопки в ладоши</u>
девять, десять.	
Даже мудрая пчела	<u>Машем руками</u>
Сосчитать бы не смогла!	<u>Считаем пальчиком</u>

Лексическая тема «Игрушки»

Вот большая пирамидка	<u>потянуться вверх</u>
И веселый мячик звонкий	<u>прыжки на месте</u>
Мягкий мишка косолапый	<u>шаги на месте, на</u> <u>внешней стороне стопы</u>
Все живут в большой коробке	<u>наклоны вправо-влево</u>
Но когда ложусь я спать	<u>маршируем</u>
Начинают все играть	<u>поворот</u>

Лексическая тема «Сказки»

Мышка быстренько бежала	<u>бег на месте</u>
Мышка хвостиком виляла	<u>имитация движения</u>
Ой, яичко уронила	<u>руки в стороны, наклониться,</u> <u>«поднять яичко»</u>
Посмотрите-ка, разбила	<u>качаем головой вправо-влево</u>

Репка

Вот мы репку посадили	<u>Наклоны</u>
И водой ее полили	<u>Водим правой рукой из</u> <u>стороны в сторону</u>
А теперь ее потянем	<u>имитация движения</u>
И из репы кашу сварим	<u>«Мешаем кашу»</u>
И будем мы от репки здоровые и крепкие!	<u>Прыгаем</u>