

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 65 города Тюмени

Педагогический проект

Тема: «Здоровьесберегающие технологии в работе учителя-логопеда
с детьми с ограниченными возможностями здоровья»

Учитель-логопед:

Ивасюк Лилия Николаевна

г.Тюмень, 2023г.

Содержание

Пояснительная записка	3
Направление коррекционной работы.....	6
Использование здоровьесберегающих технологий в коррекционном процессе.Этапы реализации проекта.....	8
Заключение	20
Список использованной литературы.....	21
Приложения.....	23

Пояснительная записка

«Здоровье» – это главное жизненное благо. Только здоровый человек может быть свободным, радостным, счастливым.

Одной из приоритетных задач, обозначенных ФГОС ДО, является охрана, укрепление и сохранение физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. ФГОС ДО предъявляет ко всем участникам образовательных отношений более высокие требования, что активизирует нас на поиск новых, более эффективных подходов. Поступают дети, не только с фонетико-фонематическим недоразвитием речи, но и дети с ОВЗ, в том числе дети - инвалиды. В связи с этим все более востребованными становятся такие педагогические технологии, которые помимо преодоления имеющихся нарушений предполагают сбережение здоровья детей.

Здоровьесбережение - система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на преодоление нарушений и сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения, воспитания и развития. Это направление педагогического процесса в работе с детьми с ОВЗ имеет свои особенности, обусловленные тем, что речевое недоразвитие у них осложняется теми или иными соматическими заболеваниями, неврологическими, психопатологическими синдромами, нарушениями вегетативных функций.

Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем.

Вовремя начатое и правильно организованное обучение таких детей, укрепление их психического здоровья позволят предотвратить или минимизировать вторичные по своему характеру нарушения, а также способствует их успешной социализации.

Проблема: увеличение числа детей с речевой патологией с сопутствующими физическими и психическими расстройствами.

Таким образом, возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данной категорией детей, усовершенствование традиционных методов коррекционного воздействия, а также использование новых, эффективных форм и методов обучения. В связи с этим актуальным становится вопрос о внедрении в практику логопедической работы с детьми ОВЗ здоровьесберегающих образовательных технологий.

Цель проекта: изучить и внедрить здоровьесберегающие технологии в систему коррекционной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи:

1. Изучить литературу по теме: «Здоровьесберегающие технологии в системе коррекционной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья».
2. Изучить особенности развития различных категории детей с ОВЗ.
3. Раскрыть понятие о здоровьесберегающих образовательных технологиях, их классификациях и направлениях.
4. Подобрать здоровьесберегающие технологии, применяемые в работе учителя-логопеда с детьми с ограниченными возможностями здоровья.
5. Привлечь родителей для активного участия во всех мероприятиях, проводимых в детском саду, по использованию инновационных и здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей.

Объектом исследования являются здоровьесберегающие технологии в условиях учебно-воспитательного процесса филиала МАУ ДО «Сорокинский центр развития ребёнка-детский сад №1»- «Сорокинский центр развития ребёнка-детский сад №4».

Предмет исследования: здоровьесбережение, как эффективное средство развития речевых компонентов, а так же сохранения и укрепления здоровья детей с ограниченными возможностями.

Ожидаемый результат: развитие речи дошкольников и укрепление их здоровья будет более успешным при систематическом использовании на логопедических занятиях здоровьесберегающих технологий в игровой форме.

Участники проекта: учитель-логопед, дети, родители.

Вид проекта: учебно-образовательный

Срок реализации проекта: 2 года.

Использование здоровьесберегающих технологий в речевом развитии детей с ОВЗ осуществляется на основе личностно-ориентированного подхода, с учётом диагноза и индивидуальных особенностей каждого ребёнка, а также опираясь на следующие **принципы**:

- Принцип сознательности и активности – нацеливает на формирование у детей глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.
- Принцип активности – предполагает у учащихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.
- Принцип наглядности – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания.
- Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.
- Принцип доступности и индивидуализации осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие.
- Принцип непрерывности выражает закономерности построения оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха

Направления коррекционной работы

В коррекционной работе с детьми использую разнообразные здоровьесберегающие технологии, в том числе традиционные и нетрадиционные, адаптируя их под возможности и потребности детей:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья (артикуляционная, пальчиковая, дыхательная и зрительная гимнастики, биоэнергопластика, нейрокоррекция, кинезиология, динамические паузы и др.).

2. Технологии обучения здоровому образу жизни (самомассаж, точечный массаж).

3. Коррекционные технологии (элементы акватерапии, пескотерапии, психогимнастики, логоритмики).

Образовательные области по ФГОС

Мероприятия проекта

Речевое развитие

1. Подгрупповая непосредственно образовательная деятельность по коррекции фонетико-фонематической стороны речи и обучению грамоте с использованием здоровьесберегающих технологий (*3 раза в неделю*);

2. Индивидуальная непосредственно образовательная деятельность по коррекции звукопроизношения, просодики и фонематического слуха с использованием здоровьесберегающих технологий (*2-3 раза в неделю в зависимости от тяжести речевого дефекта*).

Познавательное, речевое развитие (здоровьесберегающие технологии):

1. Мышечная релаксация;
2. Дыхательная гимнастика;
3. Массаж, самомассаж;
4. Артикуляционная гимнастика;
5. Биоэнергопластика;
6. Гимнастика для глаз;
7. Песочная терапия;

8. Акватерапия.

Физическое, речевое развитие (здоровьесберегающие технологии):

1. Пальчиковые гимнастики;
2. Физкультурные минутки;
2. Логоритмика;

Социально-коммуникативное развитие, речевое развитие (здоровьесберегающие технологии):

1. Игры и упражнения на развитие мышления, памяти, внимания;
2. Компьютерные игры и технологии для автоматизации звуков;
3. Игры на развитие фонематического слуха;
4. Игры на развитие слухового внимания.

Художественно-эстетическое развитие, речевое развитие (здоровьесберегающие технологии):

1. Театрально-игровая деятельность;
2. Сказка-терапия;
3. Пальчиковый театр;
4. Фольклорная терапия;
5. Куклотерапия.

Использование здоровьесберегающих технологий в коррекционном процессе. Этапы реализации проекта

Этапы	Цель	Формы работы
Подготовительный	Изучение литературы по данной теме	-Накопление методического материала; -Определение задач реализации проекта на учебный год; -Выявление уровня речевого нарушения у детей; -Самообразование; -Знакомство с новыми здоровьесберегающими технологиями, -Оценка возможности их применения на логопедических занятиях; -Диагностирование детей
Практический	-Создание методических разработок для реализации проекта Логопедические занятия с использованием здоровьесберегающих технологий	-Развлечения, досуги с использованием здоровьесберегающих технологий для детей и их родителей.
Заключительный	Подведение итогов	-Перспективное планирование -Определение уровня развития речи детей -Создание методических рекомендаций и пособий

1 этап - подготовительный

На подготовительном этапе было проведено глубокое теоретическое изучение проблемы и построена система работы учителя-логопеда ДООУ по использованию здоровьесберегающих технологий в коррекции нарушений речи у детей с ОВЗ. Были отобраны следующие здоровьесберегающие технологии, созданы различные картотеки (см. приложения 1-10):

- Дыхательные упражнения
- Артикуляционные упражнения
- Развитие общей моторики
- Развитие мелкой моторики пальцев рук
- Су-Джок терапия
- Массаж и самомассаж
- Нейрокоррекция
- Пескотерапия
- Акватерапия
- Биоэнергопластика
- Криотерапия
- Психогимнастика
- Релаксация

Дыхательные упражнения (по А.Н.Стрельниковой)

Сущность данной технологии заключается в разработке так называемого парадоксального дыхания (дыхательные движения, при которых объем грудной клетки уменьшается во время вдоха и увеличивается во время выдоха, т.е. грудная клетка осуществляет движения "с точностью, наоборот" по сравнению с нормальными дыхательными движениями). При занятиях дыхательной гимнастикой развивается и совершенствуется диафрагмальное дыхание. Подвижность диафрагмы увеличивается, что способствует более полному расширению грудной клетки для большего забора воздуха. Детский организм лучше насыщается кислородом, повышается тонус кровеносных

сосудов. Активные дыхательные движения не только укрепляют мышцы грудной клетки, но и производят тренировку сердечной мышцы, улучшая кровообращение. Кроме этого дыхательные упражнения способствуют формированию и развитию правильного дыхания и правильной воздушной струи, что является важным аспектом в развитии речи детей с ОВЗ. Научив ребенка-дошкольника управлять своим дыханием, мы дадим ему возможность воздействовать на свои эмоции.

Артикуляционные упражнения

Цель артикуляционной гимнастики - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

В сочетании с традиционной методикой для формирования ощущения языка использую тактильную стимуляцию, опору на вкусовые ощущения (вкус шоколада у альвеол, при условии, что у ребёнка нет аллергической реакции). Для укрепления вялого, слабого кончика языка при пониженном мышечном тонусе детям предлагаю удерживать и перекачивать языком у альвеол круглую конфетку. Или предлагаю «поиграть» с бусиной: «Спрячь бусинку» - удерживаем бусину между губами, «Футбол» - перемещаем бусину из стороны в сторону, «Ягодка в чашечке» - бусина располагается на языке, который принимает форму чашечки и др.

Массаж, самомассаж

Помимо традиционного массажа с поглаживанием, растиранием, пощипыванием, сгибанием и разгибанием пальчиков и т. д. активно используем массажи (игры) с помощью различных материалов, катание грецкого ореха, ребристого карандаша, как по внутренней, так и по тыльной сторонам руки, различных шариков, сжатие игрушек из материалов разной плотности (в т. ч. эспандеров, игры с бельевыми прищепками, камушками и другие. Эти упражнения всегда сопровождаются стишками.

Зарекомендовал себя в практике аурикулярный массаж (массаж ушных раковин). Он помогает улучшать работу всех систем организма, интеллектуальные возможности, усиливает концентрацию внимания. Несложность этого массажа, отсутствие противопоказаний позволяет широко внедрять его в практику. А подборка интересного речевого материала, сопутствующего процессу выполнения массажа, делает его не только полезным, но и увлекательным.

Развитие общей моторики.

Моторика — двигательная активность организма, его органов или систем (частей). Моторику делят на крупную и мелкую.

Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. У детей с нарушениями речи, часто наблюдаются «неполадки» в общей моторике: недостаточная четкость и организованность движений, недоразвитие чувства ритма и координации. Таким образом, развитие общей моторики способствует развитию речи.

Оздоровительные паузы – физминутки, проводятся в игровой форме в середине занятия. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Сочетание речи с определёнными движениями даёт ряд преимуществ для детей, посещающих логопедические занятия.

Развитие мелкой моторики.

Мелкая моторика – это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног.

В процессе логопедической работы была выявлена необходимость развития мелкой моторики в целях повышения эффективности коррекционной работы с детьми-логопатами.

У детей при ряде нарушений речи отмечается общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев, выраженные в различной степени, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией.

Под крупной моторикой подразумеваются разнообразные движения тела, рук и ног. Здоровье психологическое и физическое тесно связаны между собой. Изменение одного состояния влечет изменение и другого. Поэтому особое внимание следует обращать на баланс развивающих ребенка мероприятий. В этот период наиболее ценными являются игры, которые одновременно направлены и на физическое и на психическое здоровье малыша.

Взаимодействие различных движений обеспечивает развитие речи, формирует навыки чтения, письма, вычисления. От развития моторики пальцев рук зависят навыки логического мышления, его скорость и результативность. Доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

Су – джок терапия

Методика Су-Джок диагностики заключается в поиске на кисти и стопе в определенных зонах, являющихся отраженными рефлекторными проекциями внутренних органов, мышц, позвоночника болезненных точек соответствия (су-джок точки соответствия), указывающих на ту или иную патологию. Обладая большим количеством рецепторных полей, кисть и стопа связаны с различными частями человеческого тела.

Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных

приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла.

Нейрокоррекция

Этот метод позволяет исследовать внимание, память, мышление, речь, пространственные представления, основы саморегуляции; дает возможность специалистам и родителям увидеть имеющиеся трудности ребенка и правильно построить индивидуальный образовательный маршрут воспитанника.

Дети с ОВЗ (ЗПР, аутизм, моторная алалия, посещающие группы компенсирующей направленности), испытывают сложности в восприятии и удержании информации; выполнении определенных движений (трудности проявляются на уровне общей, мелкой и артикуляционной моторики); частой отвлекаемости, включенности, коммуникации, имитационной деятельности. Упражнения предлагаются ребёнку в строго определённой последовательности – в соответствии с закономерностями нормального развития. В итоге формируется внутренняя речь ребенка, он учится создавать программу своего поведения, контролировать себя. На занятиях расширяются адаптационные возможности ребенка, он учится общаться, становится более уверенным в себе, формирует положительную оценку себя и своих способностей.

Пескотерапия

Одна из разновидностей игротерапии, как способ развития ребенка. Взаимодействуя с песком, ребенок проявляет чудеса фантазии. При этом создаются благоприятные условия для проведения у детей концентрации внимания, любознательности, увлеченности, а так же для релаксации. Активизируются мыслительные и эмоциональные резервы, что выражается в физических формах, создаваемых руками.

Игры с песком необходимы для детей с ОВЗ, они:

- Развивают все психические процессы: восприятие, мышление, памяти, внимания, речи, навыков самоконтроля и саморегуляции, творческого мышления, воображения и фантазии;
- Формируют у ребенка представления об окружающем мире;
- Развивают тактильно-кинестическую чувствительность и мелкую моторику рук;
- Совершенствуют зрительно-пространственную ориентировку, речевые возможности;
- Успокаивают и расслабляют, снимая напряжение;
- Воспитывают чувство успешности и уверенности в себе (вот как я могу!)
- Помогают познавать внешний и свой внутренний мир;
- Наряду с высокой эффективностью метода, песочная терапия имеет и противопоказания.

Не рекомендуется в случаях, когда:

- Уровень тревожности ребёнка очень высок;
- Есть аллергия и астма на пыль и мелкие частицы;
- Есть кожные заболевания и порезы на руках.

Акватерапия

Это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Организуя игры детей с водой, мы ставим следующие цели:

1. Стабилизация эмоционального фона.
2. Снятие психоэмоционального и физического напряжения.
3. Пополнение и обогащение активного и пассивного словаря.
4. Развитие навыков импрессивной и экспрессивной речи.

На разных этапах развития ребенка и в зависимости от поставленных задач, используем следующие варианты игр:

- игры в объемном пространстве (ванночка, таз, игрушечный бассейн);
- игры в двух емкостях одинакового или разного размера (большой и маленький, глубокий и мелкий тазы и т. п.);

- игры с водой и различными пластиковыми фигурами, которые прикрепляются к кафельной или зеркальной стене для создания плоскостных композиций: цифр, букв, предметных картинок и т. п.;

- игры с разными сосудами, которые наполняются водой (пластмассовые бутылки, миски, стаканы, кувшины).

Биоэнергопластика

Это сопряжённая гимнастика руки и языка, т. к. у детей с ОВЗ часто отмечается снижение или нарушение кинестетических ощущений. С этой целью используются специально подобранные упражнения - «Театр пальчиков и языка». В коррекционной работе существенную роль играет воспитание у детей кинестетических ощущений органов артикуляции, позволяющих почувствовать контрастность положения языка, челюстей, губ, направленность выдоха. Их четкость обусловлена осязательными ощущениями, что особенно важно на начальных этапах постановки звуков, когда еще не сформирована слуховая дифференциация.

Применение биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

Совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме.

Криотерапия

Одна из современных нетрадиционных методик коррекционной педагогики, заключающаяся в использовании игр со льдом.

Этот метод позволяет производить воздействие на кисти рук холода и тепла попеременно. От холода происходит сокращение мышц, а от тепла – расслабление. Сократительная способность мелких мышц кисти возрастает. Движения пальцев рук начинают формироваться в большем объеме, улучшается импульсация, в кору головного мозга подаются направленные

сигналы, вследствие чего, лучше развивается двигательная зона. Всё это способствует совершенствованию более тонких движений кисти руки, ведёт к активизации мелкой моторики и, как следствие, улучшает процесс овладения графикой письма, а параллельно способствует развитию речи.

Психогимнастика

Это игры и упражнения, направленные на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств. Дети изучают различные эмоции и учатся управлять ими. Подобные игры помогают детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дают возможность самовыражения. Игры с элементами психогимнастики тематически совпадают с содержанием и целями занятия и имеют определенную специфику организации: каждое упражнение включает в деятельность фантазию, эмоции и движения ребенка так, чтобы через их единство ребенок учился произвольно действовать на каждый из элементов триады.

Релаксация.

Это произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением.

Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. На логопедических занятиях используются релаксационные упражнения по ходу занятия, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство. Упражнения проводятся под музыку. Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.

Все вышеперечисленные компоненты проводятся систематически и меняются в течение всей недели, что очень благоприятно влияет на развитие речи детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи.

2 этап – практический

Цель: реализация здоровьесберегающих технологий в коррекционно-образовательном процессе с детьми с ОВЗ в соответствии с перспективным планом работы.

Логопедические индивидуальные занятия – основная форма коррекционного обучения, способствующая постепенному развитию всех компонентов речи. Обучение правильной речи требует регулярных, последовательных занятий. Важное место при устранении дефектов звуковой стороны и формировании навыков правильного звукопроизношения занимают индивидуальные занятия.

Перспективный план коррекционной работы на учебный год с детьми, имеющими нарушения речи.

Этап коррекционной работы

Подготовительный этап

1. Сказка “О веселом язычке”
2. Самомассаж.
3. Дыхательная гимнастика
4. Биоэнергопластика
5. Криотерапия
6. Психогимнастика
8. Пальчиковая гимнастика
9. Сенсорный материал (*шумовые игрушки*)

Этап постановки

1. Дыхательная гимнастика (по А.Н.Стрельниковой)
2. Артикуляционная гимнастика по группе нарушенных звуков
3. Пальчиковая гимнастика.
4. Игры на развитие сенсорного внимания (пропевание гласных, слогов, слоговых дорожек и т. д.)
5. Массаж пальцев рук
6. Су-джок терапия

7.Нейрокоррекция

Этап автоматизации

- 1.Дыхательная гимнастика для развития воздушной струи: “Паучок”, “Мыльные пузыри” , «Баскетбол», «Загони мяч в ворота» и т.д.
2. Пальчиковая гимнастика
3. Массаж пальцев рук
- 4.Акватерапия
5. Музыкальная артикуляционная гимнастика по мере необходимости.
6. Игры на развитие слухового внимания.
7. Логопедическая ритмика
- 8.Пескотерапия
9. Подвижные речевые игры с чувством ритма, сказка терапия и т. д.
10. Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением
11. Упражнения с мячом (музыкальное сопровождение)
12. Игры на развитие мелкой моторики

Этап дифференциации звуков

1. Пальчиковые игры и драматизация сказок
2. Игры с мячом, «Телеграф», «Слоговые дорожки», «Цепочки слов» и т. д.
3. Физ. минутки
4. Дыхательная гимнастика
5. Игры и упражнения на развитие фонематического восприятия
6. Игры на развитие навыков звукового анализа и синтеза параллельно-коррекционного звукопроизношения
7. Подвижные игры и упражнения
8. Инсценирование сказок.
9. Логопедическая ритмика (по Е.С.Железновой).

Важным шагом к решению поставленных задач является взаимодействие с семьёй. Для проведения работы по повышению родительской компетентности в области влияния здоровьесберегающих

технологий на речевое развитие детей с ОВЗ была разработана картотека игр по совершенствованию компонентов речевой деятельности (Приложение 11).

В работе с родителями используются следующие формы работы: консультации, беседы, рекомендации, оформление папок-передвижек, нетрадиционные формы работы с родителями, практические показы, анкетирование, совместные акции: дни здоровья, буклеты, памятки из серии "Пальчиковая гимнастика", "Аквааэробика в домашних условиях", «Дыхательная гимнастика» и т.д., дни открытых дверей.

Построенная таким образом работа помогает привлечь родителей к данной проблеме, повысить их компетентность по вопросу использования здоровьесберегающих технологий в работе с детьми и сделать их активными помощниками для реализации поставленных задач и получения положительных результатов коррекционно-развивающей работы.

3 этап - заключительный

Цель: обобщение и оценка результатов, анализ работы и прогнозирование дальнейшей деятельности.

Результаты работы для учителя-логопеда:

- сформирована нормативно-правовая база по вопросам оздоровления дошкольников с ОВЗ;
- внедрены здоровьесберегающие технологии в коррекционную работу с детьми с ОВЗ;

Результаты работы с детьми:

- улучшение эмоционального состояния, что является основой для положительной социализации и развития детей.
- повышение уровня развития внимания, памяти и речи.

Результаты работы с родителями:

- повышение компетентности родителей по данному вопросу;
- активное сотрудничество с педагогом в вопросах речевого развития детей.

Заключение

Практикуя применение здоровьесберегающих технологий в своей работе с детьми с ОВЗ, отмечаю, что у них постепенно проходят неуверенность и зажатость, которые часто связаны с речевым дефектом, проблемами здоровья или личностными комплексами. Дети становятся более раскрепощёнными и эмоционально открытыми. Это создает условия для оптимального развития детей и коррекции имеющихся у них речевых нарушений.

Список литературы

1. Т. Б. Буденная Логопедическая гимнастика Санкт – Петербург
«Детство – прогресс» 2001 год.
1. М. Ю. Картушина Логоритмические занятия в детском саду. Москва *«Сфера»* 2003год.
2. Е. А. Каралашвили Физкультурная минутка. Динамические упражнения. Москва ТЦ *«Сфера»* 2001 год.
3. С. В. Коноваленко Развитие познавательной деятельности у детей. Москва Гном – Пресс, Новая школа 1998 года
4. Е. Н. Краузе Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. СПб: Корона 2004год.
5. О. В. Узорова Е. А. Нефедова Физкультурные минутки Москва ООО *«Издательство Астрель»*, ООО *«Издательство АСТ»*, ЗАО НПП *«Ермак»* 2004 год.
6. Т. Е Филичева Н. А. Чевелева Г. В. Чиркина Основы логопедии – Москва Просвещение 1989 год.
7. Е. Л. Набойкина Сказки и игры с *«особым»* ребенком. СПб. 2003 год.
8. Е. А. Алябьева Психогимнастика в детском саду. Москва 2003 год.
9. Е. А. Алябьева Развитие воображения и речи детей 4-7 лет Москва 2005 год.
10. М. Ю. Картушина Быть здоровыми хотим Москва 2004 год
11. Гаврючина Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - М.: И. Ц. Сфера, 2007
12. П. Деннисон., Г. Деннисон Гимнастика для развития умственных возможностей *«Брейн Джим»* /перевод с английского А. В. Малушиной. М.: Изд-во Рос. откр. ун-та, 1992
13. Е. А. Дьякова. Логопедический массаж. - М., 2004
14. Е. А. Каралашвили, Физкультурная минутка. Динамические упражнения. - М.: ТЦ *«Сфера»*, 2001

15. Е. Л. Ковалева., Ю. И. Остапенко Учиться легко и весело. Практическое пособие по образовательной кинезиологии. – Волгоград «Перемена», 1996г.
16. В. В. Нищева. Система коррекционной работы. - СПб.: Детство Пресс, 2001
17. Е. Л. Новикова. Здоровьесберегающая направленность в развитии речевой деятельности дошкольников. - М., 1999.
18. Е. Л. Новикова. Здоровьесберегающая технология формирования правильного речевого дыхания у детей 6 лет с ОНР //Дошкольная педагогика, 2007 - №1
19. З. А. Репина Нейропсихологическое изучение детей с тяжелыми дефектами речи. — Екатеринбург, 1996
20. Н. Семенова Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. — СПб., 2002.
21. О. В., Узорова, Е. А. Нефедова,. Пальчиковая гимнастика. - М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.
22. Н. А. Фомина В ритме музыки дышать веселее. Музыкально-ритмическая дыхательная гимнастика на основе методики Стрельниковой А. Н.: Учебно-методическое пособие. –Волгоград: ВГАФК, 2001
23. М. И. Чистякова Психогимнастика. — М., 1990
24. Кудрявцев В. Т. Инновационное дошкольное образование: опыт, проблемы и стратегия развития // Дошкольное воспитание. 1997-1999.
25. Кудрявцев В. Т. Психолого-педагогические принципы развивающей оздоровительной работы с дошкольниками / Начальная школа: плюс - минус. 2000.

Дыхательная гимнастика

«Самолет» Рассказывайте стихотворение, а малыш пусть выполняет движения в ритме стиха:

Самолётик - самолёт *(малыш разводит руки в стороны ладошками вверх, поднимает голову, вдох)*

Отправляется в полёт *(задерживает дыхание)*

Жужу -жу *(делает поворот вправо)*

Жу-жу-жу *(выдох, произносит ж-ж-ж)*

Постою и отдохну *(встает прямо, опустив руки)*

Я налево полечу *(поднимает голову, вдох)*

Жу – жу – жу *(делает поворот влево)*

Жужу –жу *(выдох, ж-ж-ж)*

Постою и отдохну *(встаёт прямо и опускает руки).*

«Часики» Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторять 10–12 раз.

«Насос» Встать прямо, ноги вместе, руки опущены. Вдох, затем наклон туловища в сторону - выдох, руки скользят вдоль туловища, при этом произносить «с-с-с-с-с». Сделать 6–8 наклонов в каждую сторону.

«Дровосек» Встаньте прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложите руки топориком и поднимите их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустите вниз, корпус наклоните, позволяя рукам "прорубить" пространство между ногами. Произнесите "бах". Повторите с ребенком шесть-восемь раз.

«Свеча» Исходное положение – сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох на пальчики, изображающие горящую свечу, и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

«Дышим носом» Исходное положение – лежа на спине или стоя. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, левую ноздрю закрывают мизинцем правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

«Ныряльщик» Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

«Облако дыхания» Исходное положение – стоя, руки опущены. Делаем медленный вдох через нос, надуваем животик, руки перед грудью. Медленный выдох через рот, одновременно рисую круг симметрично обеими руками. Стараемся распределить воздух на весь круг, повторяем три раза. Теперь нарисуем квадраты и треугольники.

Артикуляционная гимнастика

Первый комплекс

1. Удерживание губ в улыбке, передние верхние, и нижние зубы обнажены.
2. Вытягивать губы вперёд трубочкой.
3. Чередовать положения губ: в улыбке - трубочкой.
4. Спокойное открывание и закрывание рта, губы в положение улыбки.
5. Язык широкий.
6. Язык узкий.
7. Чередование положений языка: широкий - узкий.
8. Подём языка за верхние зубы.
9. Чередование движений языка вверх - вниз.
10. Чередование следующих движений языка (при опущенном кончике): отодвинуть язык в глубь рта - приближать к передним нижним резцам.

Основной комплекс

1. Открыть рот и подержать открытым (а - а - а - а), закрыть.
2. «Заборчик» - губы в улыбке, видны верхние и нижние зубы.
3. «Хоботок» - губы вытянуты вперёд трубочкой.
4. «Лопатка» - широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10 - 15 секунд.
5. «Иголочка» - рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперёд. Чередовать «Лопатка» - «Иголочка».
6. «Часики» - рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.
7. «Качели» - движение языка: нос - подбородок.

Упражнения для губ

- «Улыбка» - удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.
- «Заборчик» - рот закрыт. Верхние и нижние зубы обнажены. Губы раскрыты в улыбке.
- «Трубочка» - вытягивание губ вперёд длинной трубочкой.

«Хоботок» - вытягивание сомкнутых губ вперёд.

«Бублик» - зубы сомкнутые. Губы округлены и чуть вытянуты вперёд.

Верхние и нижние резцы видны.

Чередование положений губ: «Заборчик» - «Бублик», «Улыбка» - «Хоботок».

«Кролик» - зубы сомкнутые. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 1 для свистящих (с, з, ц)

1.«Загнать мяч в ворота» (Фомичёва М.Ф.)

Цель: Вырабатывать длительную, направленную воздушную струю.

Описание. Вытянуть губы вперёд трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.

Методические указания.

- Следить, чтобы не надувались щёки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.
- Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

2. «Наказать непослушный язык» (Фомичёва М.Ф.)

Цель: Вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

Описание. Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя - пя - пя».

Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

Методические указания.

- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.
 - Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.
 - Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе.
- Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

3. «Лопатка» (Фомичёва М.Ф.)

Цель: Выбатывать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

Методические указания.

- Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было натяжения.
- Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа.
- Не высовывать язык далеко: он должен накрывать только нижнюю губу.
- Боковые края языка должны касаться уголков рта.
- Если упражнение не получается, надо вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

4. «Кто дальше загонит мяч?» (Фомичёва М.Ф.)

Цель: Выбатывать плавную, длительную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.

Описание. Улыбнуться, положить широкий передний край на нижнюю губу и, как бы произнося длительный звук ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

Методические указания.

- Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
- Нельзя надувать щёки.
- Следить, чтобы дети произносили звук ф, а не звук х, то есть воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

5. «Почистим зубы» (Фомичёва М.Ф.)

Цель: Научить детей удерживать кончик языка за нижними зубами.

Описание. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка почистить нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.

Методические указания.

- Губы неподвижны, находятся в положении улыбки.

- Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.

- Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 2 для шипящих (ш, ж, ч, щ)

1. «Вкусное варенье»

Цель: Вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки, которое он принимает при произнесении звука ш.

Описание. Слегка приоткрыть рот и широким краем языка облизать нижнюю губу, делать языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

Методические указания.

- Следить, чтобы работал только язык, нижняя челюсть должна быть неподвижной.

- Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.

- Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

2. «Гармошка»

Цель: Укрепить мышцы языка. Растягивать подъязычную уздечку.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к верхнему нёбу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот. Губы находятся в положении улыбки.

Методические указания.

- Следить, чтобы губы были неподвижны, когда открывается рот.

- Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счёт от 3 - 5.

- Следить, чтобы при открытии рта не провисала одна из сторон языка.

3. «Фокус»

Цель: Вырабатывать подъём языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

Методические указания.

- Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.
- Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе.
- Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

4. «Чашечка»

Цель: Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.

Описание. Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

Методические указания.

- Если «Чашечка» не получается, то необходимо распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму.
- Можно также распластать язык похлопыванием по нему губами, завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальчиками.
- При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.

5. «Приклей конфетку»

Цель: Учить удерживать язык вверху.

Описание. Положить широкий язык на нижнюю губу. На кончик языка поместить тоненький кусочек ириски, приклеить конфетку к небу за верхними резцами.

Методические указания.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 3 для сонорных звуков (л, ль)

1. «Наказать непослушный язык»

Цель: Выбатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

Описание. Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя - пя - пя». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

Методические указания.

- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.
- Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.
- Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

2. «Пароход гудит»

Цель: Выбатывать подъём спинки языка вверх.

Описание. Приоткрыть рот и длительно произносить звук ы (как гудит пароход).

Методические указания.

Следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта, а спинка была поднята к нёбу.

3.«Индюк»

Цель: Выбатывать подъём языка вверх, подвижность его передней части.

Описание. Приоткрыть рот, положить язык на нижнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её.

Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не слышится бл - бл (как индюк болбочет).

Методические указания.

- Следить, чтобы язык был широким и не сужался.
- Чтобы движения языком были вперёд - назад, а не из стороны в сторону.
- Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперёд.

4. «Качели»

Цель: Выбатывать умение быстро менять положение языка, необходимое при соединении звука л с гласными а, ы, о, у.

Описание. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счёт от 1 - 5. Потом поднять широкий язык за верхние зубы и удерживать под счёт от 1 - 5. Так поочередно менять положение языка 4 - 6 раз.

Методические указания.

- Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

5. «Лошадка»

Цель: Укрепляет мышцы языка и вырабатывает подъём языка вверх.

Описание. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка.

Методические указания.

- Упражнение сначала выполняются в медленном темпе, потом быстрее.
- Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.
- Если у ребёнка пощёлкивание не получается, нужно предложить ему выполнять упражнение «Приклеить конфетку», а потом вернуться к этому упражнению.
- Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, то есть чтобы ребёнок щёлкал языком, а не чмокал.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 4 для сонорных звуков (р, рь)

1.«Чи зубы чище»

Цель: Выбатывать подъём языка вверх.

Описание. Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Методические указания.

- Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.

- Следить, чтобы кончик языка не высывался, не загибался внутрь, а находился у верхних зубов.
- Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

2. «Маляр»

Цель: Отработать движения языка вверх и его подвижность.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот и «погладить» кончиком языка твёрдое нёбо, делая движения языком вперёд - назад.

Методические указания.

- Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.
- Следить, чтобы кончик языка, продвигаясь вперёд, доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперёд, и не высывался изо рта.

3. «Барабан»

Цель: Укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъём языка и умение делать кончик языка напряженным.

Описание. Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук д: д - д - д.

Сначала звук д произносить медленно. Постоянно убыстрять темп.

Методические указания.

- Рот должен быть открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.
- Следить, чтобы звук д носил характер чёткого удара - не был хлюпающим.
- Кончик языка не должен подворачиваться.
- Звук нужно произносить так, чтобы ощущалась воздушная струя

4. «Барабан - 2»

Цель: Вырабатывать подъём языка, развивать упругость и подвижность кончика языка.

Описание: Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык поднят вверх к нёбу и произносить поочередно отчётливо да - ды. При произнесении слога да язык отводится к центру нёба, при произнесении ды - перемещается к бугоркам за

верхними резцами. Сначала упражнение выполняется медленно, затем темп убыстряется. При произнесении должна ощущаться выдыхаемая струя воздуха.

Методические указания.

- Следить, чтобы губы не натягивались на зубы. Нижняя челюсть не должна двигаться. Произнесение да - ды должно быть чётким, не хлюпающим, кончик языка не должен подворачиваться.

5. «Автомат»

Цель: Выбатывать подъём языка, гибкость и подвижность кончика языка.

Описание. Рот открыт. Губы в улыбке. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук т - т - т - сначала медленно, постепенно убыстряя темп.

Методические указания.

Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, звук т носил характер чёткого удара, а не хлюпал, кончик языка не подворачивался, ощущалась выдыхаемая воздушная струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги: при правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук.

Лепка из глины и пластилина. Это очень полезно и отлично влияет на развитие мелкой моторики рук, причём лепить можно не только из пластилина и глины. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков. Используйте любую возможность, чтобы улучшать мелкую моторику рук вашего ребенка.

Рисование или раскрашивание картинок – любимое занятие дошкольников и хорошее упражнение на развитие мелкой моторики рук. Обратить внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Если мальчик рисует только машины и самолёты, а девочка похожих друг на друга кукол, то это вряд ли положительно повлияет на развитие образного мышления ребёнка.

Изготовление поделок из бумаги. Например, вырезание самостоятельно ножницами геометрических фигур, составление узоров, выполнение аппликаций. Ребёнку нужно уметь пользоваться ножницами и клеем. По результатам таких работ вы сможете оценить насколько развита мелкая моторика рук и движения пальчиков малыша.

Изготовление поделок из природного материала: шишек, желудей, соломы и других доступных материалов. Кроме развития мелкой моторики рук эти занятия развивают также и воображение, фантазию ребенка.

Конструирование. Развивается образное мышление, фантазия, мелкая моторика рук.

Застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков. Хорошая тренировка для пальчиков, совершенствуется ловкость и развивается мелкая моторика рук.

Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке. Каждое такое движение оказывает огромное влияние на развитие мелкой моторики рук малыша.

Закручивание и раскручивание крышек банок, пузырьков и т. д. также улучшает развитие мелкой моторики и ловкость пальчиков ребенка.

Всасывание пипеткой воды. Развивает мелкие движения пальчиков и улучшает общую моторику рук.

Нанизывание бус и пуговиц. Летом можно сделать бусы из рябины, орешков, семян тыквы и огурцов, мелких плодов и т. д. Интересное занятие для развития воображения, фантазии и мелкой моторики рук.

Плетение косичек из ниток, венков из цветов.

Все виды ручного творчества: для девочек – вязание, вышивание и т. д., для мальчиков – чеканка, выжигание, художественное выпиливание и т. д. Научите своих детей всему, что умеете сами!

Переборка круп, насыпать в небольшое блюдце, например, гороха, гречки и риса и попросить ребёнка перебрать. Развитие осязания, мелких движений пальчиков рук.

Игры в мяч, с кубиками, мозаикой.

Су - Джок терапия

Массаж Су – Джок шарами. /дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом/

Я мячом круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

Массаж пальцев эластичным кольцом. /Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/

Раз – два – три – четыре – пять, /разгибать пальцы по одному/

Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков. /ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш/

На правой руке:

Этот малыш-Илюша, (на большой палец)
Этот малыш-Ванюша, (указательный)
Этот малыш-Алеша, (средний)
Этот малыш-Антоша, (безымянный)
А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)
Эта малышка-Ксюша, (указательный)
Эта малышка-Маша, (средний)
Эта малышка-Даша, (безымянный)
А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.

Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?

Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий

Упражнение «Один-много». Логопед катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.

Аналогично провожу упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот»

Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

Использование шариков при выполнении гимнастики

И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в правой руке шар.

- 1 - руки развести в стороны;
- 2 - руки поднять вверх и переложить шар в другую руку;
- 3 - руки развести в стороны;
- 4- опустить руки.

«На полянке, на лужайке»

На полянке, на лужайке (катать шарик между ладонями)

Целый день скакали зайки. (прыгать по ладошке шаром)

И катались по траве, (катать вперед-назад)

От хвоста и к голове. Долго зайцы так скакали, (прыгать по ладошке шаром)

Но напрыгались, устали. (положить шарик на ладошку)

Мимо змеи проползали, (вести по ладошке)

«С добрым утром!» — им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. (гладить шаром каждый палец).

«Хорошее настроение».

Ручки растираем и разогреваем (потереть ладошки, похлопать)

И лицо теплом своим мы умываем (ладошками провести по лицу сверху вниз)

Грабельки сгребают все плохие мысли, (граблеобразные движения от середины лба к вискам)

Ушки растираем вверх и вниз мы быстро. (растирающие движения ушек вверх-вниз)

Их вперед сгибаем, тянем вниз за мочки (нагибание ушных раковин вперед, оттягивание вниз)

И потом уходим пальцами за щечки.

Щечки разминаем, чтобы надувались,

Губки разминаем, чтобы улыбались. (разминаем верхнюю и нижнюю губки)

Мы теперь утятки-клювики потянем, (губы вытянуть трубочкой)

Разомнем их мягко, не задев ногтями (большой и указательный пальцы разминают обе губы).

Пальчиковые игры

«Домик»

Я гуляю во дворе (хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой рукой)

Вижу домик на горе (ритмичные хлопки ладошками)

Я по лесенке взберусь (раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев)

И в окошко постучусь.

Тук, тук, тук, тук! (поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой)

«Ёжик»(у малыша в руках резиновый колючий ёжик)

Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки?

(малыш катает ёжика ладошками)

Надо бельчонку сшить распашонку

(малыш катает ёжика по животу)

Шалуну зайчишке починить штанишки (катаем по ножкам)

Фыркнул ёжик - отойдите и не плачьте, не просите

(катаем по полу)

Если дам иголки - съедят меня волки!!!

(ёжик убегает в домик, на место в коробку или на полку)

«Замок»

На двери висит замок (руки в замке)

Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая)

Потянули, (потянули)

Покрутили, (вращаем руки)

Постучали (стучим основанием ладоней)

И – открыли! (руки разжимаются)

«Капуста»

Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)

Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга)

Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)

Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем)

В баночку кладём и пробуем.

Пескотерапия, акватерапия

Игры на развитие диафрагмального дыхания:

«Выровняй дорогу»

От детской машинки воспитатель проводит неглубокую канавку в песке, ребенок воздушной струей выравнивает дорогу перед машинкой;

«Что под песком?»

Картинка засыпается тонким слоем песка. Сдувая песок, ребенок открывает и изображение.

«Ямка»

Ребенок, следуя правилам дыхания, через нос набирает воздух, надувая живот и медленно, плавно, долгой струей выдувает ямку в песке. «Помоги зайцу» В песке делается тричетыре углубления «следы», ведущие к игрушечному зайцу. Неподалеку располагается лиса. Необходимо «замести» все следы, чтобы лиса не обнаружила зайца.

«Дорога к другу» На песке расставляются две игрушки. Нужно длительной плавной струей образовать на песке дорожку от одной игрушки до другой. **«Секрет»**

В песок неглубоко закапывается игрушка или небольшой предмет. Необходимо сдуванием песка обнаружить спрятанное.

«Разноцветные кораблики»

Цель: развиваем представления ребёнка об основных цветах (красный, жёлтый, синий, зелёный, белый, чёрный).

Оборудование: тазик с водой (или ванна), разноцветные кораблики (6 цветов), пластмассовые рыбки (6 цветов).

Ход игры: Взрослый берёт рыбку зелёного цвета (произносит название этого цвета, ребёнок повторяет за взрослым цвет). Затем просит ребёнка найти такого же цвета кораблик и положить в

него зелёную рыбку. Далее взрослый берёт рыбку красного цвета, вместе с ребёнком произносят название этого цвета. Ребёнку предлагается найти кораблик красного цвета и положить в него рыбку. Так продолжается игра с остальными корабликами и рыбками.

«Соберём ракушки (камешки)»

Цель: уточняем представление о размере объектов «большой-маленький», развиваем ручную моторику.

Оборудование: большой и маленький тазик с водичкой (мисочки), большие и маленькие ракушки.

Ход игры: Взрослый просит ребёнка взять маленькую ракушку и положить её в маленький тазик

(мисочку). Затем просит ребёнка взять большую ракушку и положить её в большой тазик. Все действия проговариваются и повторяются несколько раз.

«Поймаем шарики»

Цель: развиваем слуховое и зрительное внимание, закрепляем представления о цвете, развиваем ручную моторику.

Оборудование: тазик с водой, рыбный сачок, разноцветные теннисные шарики (6 цветов).

Ход игры: В тазике с водой плавают разноцветные шарики. Взрослый просит ребёнка поймать

шарик не красного и не зелёного цвета. Значит, ребёнок ловит шарики остальных цветов, кроме

названных. Далее взрослый самостоятельно может давать инструкции.

« Волшебная водичка»

Цель: развиваем слуховое внимание, знакомимся со звуками, возникающим и в процессе различных действий с водой.

Оборудование: ёмкости с водой (стаканчик, миска, бутылочка).

Ход игры: Взрослый производит разные действия с водой, сопровождая их словесными

пояснениями. Он показывает, как вода капает, льётся, журчит. Ребёнок вместе

е с взрослым

осуществляет действия с водой, сопровождая их речью. Постепенно задание можно усложнять. Взрослый просит ребёнка закрыть глазки, внимательно слушать и отгадывать, что сейчас будет

происходить с водичкой. В это время взрослый производит разные действия с водой, таким образом, чтобы она капала, лилась, журчала

«Испечём угощение»

Цель: Дать детям представление о том, что мокрый песок принимает любую нужную форму. (форма организации – часть занятия)

«Следы»

Цель: Дать детям представление о том, что на мокром песке остаются следы и отпечатки. (форма организации – игра).

«Узоры на песке»

Цель: развиваем тактильную чувствительность, воображение, совершенствуем движение ладоней и пальцев. Оборудование: поднос с влажным песком.

Ход игры: Перед ребёнком находится поднос с песком. Взрослый предлагает ему создать

различные узоры с помощью отпечатков ладоней, кулачков, пальчиков. Предлагаемые узоры и рисунки: ромашка, солнышко, травка, дерево и т.д.

«Дорисуй фигурки»

Цель: закрепляем названия геометрических фигур, развиваем графомоторные навыки.

Оборудование: поднос с влажным песком.

Ход игры: Вариант 1. Взрослый начинает рисовать часть фигуры (например, квадрат). Ребёнок

пытается узнать и назвать эту фигуру, а затем самостоятельно дорисовывает её.

Вариант 2. Взрослый начинает рисовать часть цифры. Ребёнок пытается узнать и правильно назвать эту цифру, а затем самостоятельно дорисовывает её.

«Дорожки»

Цель: закрепляем понятия длинный-короткий, развиваем мелкую моторику.

Оборудование: поднос с влажным песком, разноцветные пуговицы.

Ход игры: Взрослый рисует ребёнку две дорожки: одну длинную, вторую короткую. Затем просит

ребёнка выложить короткую дорожку зелёными пуговицами, а длинную дорожку красными

пуговицами. После этого, ребёнок, чередуя указательный и средний пальчики «идёт» по дорожкам.

«Необыкновенные следы»

Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.

Содержание. «Идут медвежата» ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).

«Бегут жучки паучки» ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом — «жучки здороваются»).

Приложение 5

Упражнения по биоэнергопластике

«Накажем непослушный язычок»

Положить широкий язык на нижнюю губу, пошлёпать его губами и произносить: «пя-пя-пя» на одном выдохе несколько раз. Руку положить на стол ладонью вниз. Во время пошлёпывания языка губами опускать и поднимать кисть руки с сомкнутыми прямыми пальцами.

«Заборчик»

Улыбнуться, показать сомкнутые зубы. Удерживать это положение под счет от 1 до 5. Ладонь в вертикальном положении повернуть к себе, пальцы сомкнуть.

«Блинчик»

Рот открыт, губы в улыбке. Широкий расслабленный язык лежит на нижней губе. Ладонь в горизонтальном положении, пальцы сомкнуть.

«Слоненок»

Вытянуть губы трубочкой и удерживать позу 5-7 сек. Пальцы соединить вместе трубочкой.

«Часики»

Рот приоткрыть, губы в улыбке. Кончик узкого языка двигать влево-вправо, касаясь углов рта. Ладонь в горизонтальном положении, пальцы сомкнуть. Кисть руки сгибать одновременно с языком в одну сторону.

«Чашечка»

Рот приоткрыть, губы в улыбке. Язык сделать широким. Кончик языка поднять за верхними зубами, боковые края прижать к верхним зубам. Показать ладонь в форме чашечки, пальцы прижать.

«Вкусное

варенье»

Приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движения сверху вниз. Нижняя челюсть остаётся неподвижной. Двигать ладонь в форме чашечки сверху-вниз.

«Качели»

Рот открыть. Кончик языка поднимать к верхним зубам и опускать к нижним зубам. Ладонь с сомкнутыми пальцами в вертикальном положении движется вниз-вверх.

«Кошка

сердится»

Рот открыть. Кончик языка упиреть в нижние зубы, спинку языка поднять вверх. Пальцы сомкнуть, ладонь согнуть горкой.

«Гармошка»

Присосать язык к небу. Не отрывая языка от неба сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть. Рука лежит на столе ладонью вниз. Во время опускания и поднимания нижней челюсти опускается и поднимается кисть руки с сомкнутыми прямыми пальцами.

«Маляр»

Улыбнуться, открыть рот, "погладить" кончиком языка твёрдое нёбо, совершая движения вперед и назад. Ладонь расположить вертикально, пальцы вверх сомкнуть. Двигать ладонь вперёд-назад.

«Грибок»

Улыбнуться. Прижать широкий край языка всей плоскостью к нёбу, от-крыть рот. Одну руку поставит на столе, ладонь сжать в кулак, вторую - «положить» на кулак («шляпка»).

«Лошадка»

Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Ладонь с сомкнутыми согнутыми пальцами положить на стол. Пальцами синхронно с языком стучать по столу.

«Дятел»

Стучать кончиком языка за верхними зубами и произ-носить: «д — д — д».

Пальцы одной руки сомкнуть и немного сжать, стучать по ладони другой руки.

Приложение 6

Динамическая пауза

«Кузнечики»

Поднимайте плечики,
Прыгайте, кузнечики.
Прыг-скок, прыг-скок.
Стоп! Сели!
Травушку покушали,
Тишину послушали.
Выше, выше, высоко
Прыгай на носках легко!

«Ветер»

Ветер дует нам в лицо,
Закачалось деревцо.
Ветер тише, тише, тише,
Деревцо все выше, выше.

«Если нравится тебе»

Если нравится тебе, то делай так
(2 щелчка пальцами над головой)
Если нравится тебе, то делай так
(2 хлопка)
Если нравится тебе, то делай так
(2 хлопка за коленками)
Если нравится тебе, то делай так
(2 притопа)
Если нравится тебе, то ты скажи: «Хорошо».

Физкультминутки

« Путешествие в лес»

Только в лес мы вошли (маршируют)

Появились комары.

(лёгкое похлопывание по телу)

Дальше по лесу шагаем (маршируют)

И медведя мы встречаем.

(раскачивают из стороны в сторону)

Снова дальше мы идём (маршируют)

Перед нами водоём (руки в стороны)

Прыгать мы уже умеем

(руки на пояс, полуприседания с поворотом вправо- влево)

Раз – два, раз – два! (прыжки)

Позади теперь вода! (маршируют)

«Ванька-встанька»

Отдых наш – физкультминутка.

Занимай свои места.

Раз – присели, два – привстали,

Руки кверху все подняли.

Сели, встали, сели, встали –

Ванькой – встанькой будто стали.

А потом пустились вскачь,

Будто мы – упругий мяч.

Картотека гимнастики для глаз

I Комплекс

1. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны, переводя глаза прямо на счет 1-6. Повторить 3-4 раза.
2. Не поворачивая головы, закрытыми глазами "посмотреть" направо на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстоянии 25-30 см, и на счет 1-4 приблизить его к кончику носа, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

II Комплекс

1. На счет 1-4 закрыть глаза, без напряжения глазных мышц, на 1-6 широко раскрыть глаза, посмотреть вдаль. Повторить 4-5 раз.
2. Посмотреть на кончик носа на счет 1-4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
3. Не поворачивая головы, медленно делать круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
4. Держа голову неподвижно, перевести взор, зафиксировав его, на счет 1-4 вверх, на счет 1-6 прямо; затем аналогично вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо.

III Комплекс

- Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно 5 секунд.
- Крепко зажмурить глаза на несколько секунд, открыть их и посмотреть вдаль.

-Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами за медленными движениями указательного пальца: влево - вправо, вверх-вниз.

-Сидя, поставить руки на пояс, повернуть голову вправо и посмотреть на локоть левой руки, и наоборот.

-Указательными пальцами поделать легкие точечные массирующие движения верхних и нижних век.

IV Комплекс

Выполняется стоя, у каждого ребенка в руках игрушка (рисунок).

1. «Посмотрите, какая красивая ... пришла к вам в гости. (2—3 сек). Посмотрите, какая у меня ... (2—3 сек).

А теперь опять посмотрите на свою ... (2—3 сек)». Повторить 4 раза.

2. «... у нас веселые, любят бегать, прыгать. Внимательно следите глазами:...подпрыгнула вверх, присела, побежала вправо, влево». Повторить 4 раза.

3. «Матрешки любят кружиться в хороводе. Они пойдут по кругу, а мы будем глазами следить за ними». Повторить 4 раза.

4. «Моя ... очень любит играть в прятки. Вы сейчас крепко зажмурите глаза, а она спрячется. Попробуем глазами найти ее». Повторить 4 раза

V Комплекс

«Дождик».

Дождик, дождик, пуще лей.

Смотрят вверх.

Капай, капель не жалей.

Смотрят вниз.

Только нас не замочи.

Делают круговые движения глазами.

Зря в окошко не стучи.

VI Комплекс

«Ветер».

Ветер дует нам в лицо.

Часто моргают веками.

Закачалось деревцо.

Не поворачивая головы, смотрят влево-вправо.

Ветер тише, тише, тише...

Медленно приседают, опуская глаза вниз.

Деревца все выше, выше.

Встают и глаза поднимают вверх.

VII Комплекс

«Рисование носом»

Детям нужно посмотреть на табличку и запомнить объект (по теме занятия).

Закрывать глаза. Представить себе, что нос стал таким длинным, что достает до таблички. Нужно написать своим носом выбранный элемент. Открыть глаза, посмотреть на табличку.

VIII Комплекс

Закрываем мы глаза, вот какие чудеса.

Закрывают оба глаза,

Наши глазки отдыхают, упражнения выполняют.

Продолжают стоять с закрытыми глазами.

А теперь мы их откроем, через речку мост построим.

Открывают глаза, взглядом рисуют мост.

Нарисуем букву о, получается легко.

Глазами рисуют букву о.

Вверх поднимем, глянем вниз,

Глаза поднимают вверх, опускают вниз.

Вправо, влево повернем,

Глаза смотрят вправо-влево.

Заниматься вновь начнем.

IX Комплекс

«Снежинки».

Мы снежинку увидели,

Со снежинкою играли.
Снежинки вправо полетели,
Дети вправо посмотрели.
Вот снежинки полетели,
Дети влево посмотрели.
Ветер снег вверх поднимал
И на землю опускал...
Дети смотрят вверх и вниз.
Все на землю улеглись.
Глазки закрываем,
Глазки отдыхают.

X Комплекс

Лучик солнца
Лучик, лучик озорной,
Поиграй-ка ты со мной.
Моргают глазами.
Ну-ка, лучик, повернись,
На глаза мне покажись.
Делают круговые движения глазами.
Взгляд я влево отведу,
Лучик солнца я найду.
Отводят взгляд влево.
Теперь вправо посмотрю,
Снова лучик я найду.
Отводят взгляд вправо.

XI Комплекс

Бег по дорожкам.

Выполняются движения по цветным полосам. На указку можно надеть любой предмет по теме и попросить детей следить глазами за ним. По черному кругу по часовой стрелке, по красному против часовой стрелки, по синей

линии справа и влево, по желтой линии вверх вниз, а по зеленым кругам - движение «восьмерка». Каждое движение выполняется 4-6 раз.

Приложение 9

Релаксация

Для снятия мышечного и эмоционального напряжения у детей с повышенной тревожностью и неврозами применяю расслабляющие упражнения, то есть релаксацию. Рекомендуется использование во время проведения релаксации спокойной классической музыки (Рахманинов, Чайковский, звуки природы). Дети очень любят эту процедуру и с радостью в ней участвуют.

«Необычная радуга»

(Упражнение выполняется лежа)

Лягте удобно, расслабьтесь. Дышите ровно и глубоко. Закройте глаза. Представьте, что перед вашими глазами необычная радуга.

Первый цвет – голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает в жару, он освежает тебя, как купание в озере. Ощутите эту свежесть.

Следующий – желтый цвет. Желтый приносит нам радость, он согревает нас, как солнышко, он напоминает нам нежного пушистого цыпленка, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение.

Зеленый цвет – цвет мягкой лужайки, листьев и теплого лета, если нам не по себе, и мы чувствуем себя неуверенно, зеленый цвет поможет чувствовать себя лучше.

Возьмите с собой эти цвета на весь день, будьте спокойными, как вода, радостными, как солнце, добрыми, как лето.

“Игра с песком”

Представьте себе, что вы сидите на берегу моря. Наберите в руки песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удерживать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая кисти и пальцы.

Уронить бессильно руки вдоль тела, лень двигать тяжелыми руками (повторить 2-3 раза).

“Летний денек”.

Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза.

Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

Я на солнышке лежу,

Но на солнце не гляжу.

Глазки закрываем, глазки отдыхают.

Солнце гладит наши лица,

Пусть нам сон хороший снится.

Вдруг мы слышим: бом-бом-бом!

Прогуляться вышел гром.

Гремит гром, как барабан.

«Дирижер» Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка). Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком. Пусть, в то время как вы дирижируете, музыка течет через все твое тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

«Путешествие на облаке» Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните. Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из

пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы почувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что –нибудь чудесное и волшебное. Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь, и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Психогимнастика

Игры на развитие внимания

Игры 1-9 рекомендуются детям, страдающим психомоторной гиперактивностью, пониженным настроением, патологическими страхами, ранним детским аутизмом, задержкой психического развития и другими заболеваниями, при которых проявляется незрелость внимания.

1. Что слышно?

Цель игры. Развивать умение быстро сосредоточиваться.

1-й вариант (для детей 5 — 6 лет), Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью. Затем он просит рассказать, что они слышали.

2-й вариант (для детей 7 — 8 лет). По сигналу ведущего внимание детей обращается с двери на окно, с окна на дверь. Затем каждый ребенок должен рассказать, что где происходило.

2. Будь внимателен! (для детей 4-5 лет)

Цель игры. Стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы. Дети шагают под «Марш» С.Прокофьева. Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети должны начать прыгать, на слово «Лошадки» — как бы ударять «копытом» об пол, «Раки» — пятиться, «птицы» - бегать, раскинув руки в стороны, «Аист» — стоять на одной ноге.

3. Слушай звуки! (для детей 6 -7 лет)

Цель игры. Развивать активное внимание.

Ведущий договаривается с детьми о том, что, когда он нажмет на фортепьяно клавишу нижнего регистра, они должны встать в позу «плакучей ивы», когда верхнего — в позу «тополя». Затем начинают игру — дети идут по кругу.

Звучит низкий звук—дети становятся в позу «плакучей ивы» (ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу). На звук, взятый в верхнем регистре, становятся в позу «тополя» (пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук).

4. Слушай хлопки! (для детей 5 — 6 лет)

Цель игры. Та же.

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши 1 раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие принимают позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

5. Зеваки (для детей 6 — 7 лет)

Цель игры. Та же.

Играющие идут по кругу, держась за руки, по сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Не выполнивший правильно задание выходит из игры. Музыкальное сопровождение: Э. Жак-Далькроз. «Марш».

6. «Пишущая машинка» (для детей 6 - 7 лет)

Каждому играющему присваивается буква алфавита. Затем придумывается одно слово или фраза из двух-трех слов. По сигналу дети начинают печатать: первая «буква» слова хлопает в ладоши, затем вторая и т. д. Когда слово будет напечатано, все дети хлопают в ладоши.

7. Четыре стихии (для детей 6 — 7 лет)

Цель игры. Развивать внимание, связанное с координацией слухового и двигательного анализаторов.

Играющие сидят по кругу. Ведущий договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» — вытянуть руки вперед, слово «воздух» — поднять руки вверх, слово «огонь» -

произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

Приложение 11

Картотека игр для родителей с детьми с ОВЗ по совершенствованию компонентов речевой деятельности

«Развивающая игра с ленточками»

Развивающая игра с ленточками является развлечением, но кроме хорошего настроения она обучает через подражание; учит действовать двумя руками одновременно; отрабатывает новые движения и совершенствует уже имеющиеся; развивает фантазию, познавательные способности (память, внимание, творческое мышление) и эстетическое чувство; улучшает координацию движений; развивает ловкость и умение манипулировать различными предметами.

1. Приготовьте для игры несколько разноцветных бумажных лент, каждая не более 40 сантиметров длиной.
2. Возьмите ленту в руки и подойдите к ребенку.
3. Начните играть с лентой, чтобы она извивалась у вас в руках. Поворачивайте ее в разных направлениях и свободно варьируйте темп движений.
4. Ребёнок тоже захочет присоединиться к вам. Дайте ему одну из лент.
5. Покажите ребенку, как правильно держать и двигать ленту.
6. При помощи лент можно выписывать в воздухе различные фигуры. Когда ребёнок научится управлять лентой, попробуйте поиграть ленточками под музыку, двигаясь ей в такт, танцуя с ними.
7. Также ленту можно привязать к небольшой палке (как в художественной гимнастике), и заставлять ленту виться, двигая палку.

"Волшебные пузырьки"

Игра подходит деткам от одного года, и благодаря ей ребёнок учится через подражание; отрабатывает новые движения и совершенствует уже

имеющиеся; развивает познавательные способности (память, внимание, творческое мышление, экспрессию); выполняет дыхательные упражнения; учит распознавать различные материалы и поверхности; способствует эмоциональному развитию, выработке способностей к спонтанному выражению эмоций, разрядке напряжения, ощущения себя как личности, а также дает выход энергии и море хорошего настроения.

1. Приготовьте для игры пластмассовую мисочку и палочку для коктейля.
2. Посадите ребёнка за стол, поставьте перед ним миску с водой. Покажите ему палочку для коктейля и научите его дуть в нее.
3. Когда ребенок научится, предложите ему подуть в воду сквозь палочку, чтобы на поверхности появились пузырьки.
4. Малышу очень понравится пускать пузыри и слушать звук, который раздается при этом.
5. Можно, взяв две трубочки, вместе выдувать пузыри на поверхности воды.
6. На следующий раз, когда ребёнок хорошо научится дуть, и не будет втягивать воду в себя, приготовьте мыльный раствор (смешайте с водой немного шампуня), и тогда, дуя в трубочку, малыш будет создавать необычные волшебные конструкции из мыльных пузырей.

Упражнения и игры для развития и совершенствования ручной моторики

«Шнуровка»

Самым простым вариантом шнуровки являются плоские деревянные или пластмассовые цветные двухсторонние фигурки, изображающие зверей и другие предметы. На каждой из фигур имеются до двух десятков маленьких отверстий-дырочек, в которые можно протянуть шнурок, тесьму, ленту и т. п. Задания могут быть различными: протянуть шнурок в каждое отверстие через край трафарета, протягивать шнурок в каждую вторую (третью) дырочку по контуру, пришнуровать фигурки друг к другу.

«Счетные палочки»

К четырехлетнему возрасту ребенок в состоянии выложить из счетных палочек или спичек простые геометрические фигуры: квадраты, треугольники. Ребенку предлагается брать палочку двумя пальчиками из кучки, лежащей нас толе, так, чтоб не рассыпать все остальные. Возможно использования образца постройки-изображения на листе бумаги. В ходе таких манипуляций дети могут закреплять знания геометрических фигур, цвета, букв цифр и т. п. Игры с палочками развивают тонкую координацию движений рук и формируют пространственные представления Конструкторы.

«Мозаика»

Основная идея мозаики как пособия для развития ребенка заключается в составлении из мелких частей целого изображения. Во время игры ребенок постоянно манипулирует деталями, много раз поворачивает и прикладывает их друг к другу, таким образом, совершенствуется мелкая моторика рук. Чтобы сложить из частей целое изображение, малыш должен проявить сообразительность и наблюдательность, терпение и настойчивость.

"Деревья"-обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы (локти опираются на стол).

"Стол"-правую руку сжать в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку.

"Гнездо"-пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.

"Дом", "Крыша", "Башня"-держа пальцы вверх, соединить кончики пальцев левой и правой руки.

"Магазин"-руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательные пальцы расположить в горизонтальном положении перед "крышей".

"Коза"-вытянуть указательный палец и мизинец, остальные пальцы прижать к ладони. Сначала упражнение выполнять правой, затем левой рукой, потом обеими руками вместе.

"Кошка"-пальцы в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательный палец и мизинец слегка согнуты.

"Очки"-образовать два кружка из указательного и большого пальцев обеих рук, соединить их.

"Зайчик"-вытянуть вверх указательный и средний пальцы, а кончики безымянного и мизинцев соединить с кончиком большого пальца. Упражнение выполнять сначала правой, потом левой рукой, затем обеими руками.

"Звонок"-на столе перед детьми настольный звонок - кнопка или ее рисунок. Ребёнок сначала выборочно любым пальцем нажимает кнопку. Затем последовательно от большого к мизинцу, слева направо и наоборот.

"Пальчики здороваются"-кончики пальцев одной руки прикасаются к кончикам пальцев другой.

"Оса"-выпрямить указательный палец правой руки и вращать им в разных направлениях. Затем поменять руку.

"Человечек"-указательный и средний пальцы бегают по столу.

"Птички летят"-пальцами обеих рук, поднятых над столом тыльной стороной кверху, производить движения "вверх-вниз" - птички летят, машут крыльями.

"Игра на пианино"-имитация игры на пианино. Можно имитировать игру на других музыкальных инструментах ("Веселый оркестр").

"Курочка пьет воду"-локти опираются на стол, пальцы сложены в виде клюва, ритмичные наклоны рук вперед с подключением кистевого замаха.

"Веселые маляры"-движения "кистью" влево-вправо, вверх-вниз.

"Блины"-положить кисти рук на стол ладонями вниз, одновременно поворачивать их ладонями вверх. При выполнении движений кисти рук отрываются от стола.

"Кошечка"-положить кисти рук на стол ладонями вниз. Сжать пальцы обеих рук одновременно в кулак, затем разжать их, разводя пальцы. При

выполнении движений кисти рук отрываются от стола и затем кулак или ладонь кладутся на стол.

"Кошка-мышка"-положить на стол раскрытую ладонь правой руки и сжатую в кулак кисть левой руки. Одновременно поменять положение кистей рук.

Игры для развития речи

Чтобы выработать хорошую дикцию у ребенка, обеспечить четкое и благозвучное произношение, мы предлагаем вам уделить внимание играм для развития речевого дыхания и фонематического слуха. Следует, играя с ребенком, правильно произносить звуки в слове, обращая внимание малыша на правильное произношение.

«Жираф и мышонок»

Цель: формирование речевого дыхания и правильного звукопроизношения.

Ход игры: ребенок стоит выпрямившись, затем встает на колени, поднимает руки вверх, тянется и смотрит на руки — вдох {«У жирафа рост большой...»}. Приседает, обхватив руками колени и опустив голову, — выдох, с произношением звука ш-ш-ш («...У мышонка — маленький»). Потом ребенок идет и одновременно произносит: Наш жираф пошел домой вместе с мышкой серенькой. У жирафа рост большой, у мышонка — маленький. (Повторить 6-8 раз.)

«Разноцветные снежинки»

Цель: развитие координации и мелкой моторики рук, воздействие на центры речи, формирование аккуратности.

Материал: фломастеры, белая бумага, ножницы.

Ход игры: ведущий показывает, как сделать снежинки из листов бумаги, прорезая их. После того как дети сделают много резных снежинок, он говорит, что снежинки получились хоть и разные, но одноцветные. Тут пришли друзья-фломастеры и подарили снежинкам разноцветные платья. Ведущий просит детей раскрасить снежинки. Т.к. снежинки получаются

ажурными, необходимо, чтобы бумага была попрочнее. Движения по закрашиванию влияют на развитие мелкой моторики рук.

«Лиса-Патрикеевна»

Цель: формирование правильной артикуляции челюстей и околоротовой мускулатуры в покое.

Материал: доска («мостик») или широкая лента, маленькие сушки или печенье.

Ход игры-«Мостик» - доска лежит на полу. Ребенок идет по мостику, открывает рот, высовывает язык, на кончик которого ведущий кладет крекер. Пройдя мостик, ребенок съедает печенье.

«Водичка»

Цель: развитие речевого дыхания (произнесение звука на одном выдохе, протяжно), формирование правильного произношения звука С.

Материал: кран с водой, картинка с изображением умывающихся детей.

Ход игры-взрослый открывает кран с водой и обращает внимание ребенка на то, как «поет» текущая из крана вода (с-с-с). Затем показывает картинку с изображением умывающихся детей и читает потешку: Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб смеялся роток, чтоб кусался зубок! Взрослый вместе с ребенком повторяет потешку 3-4 раза и в заключение игры предлагает ему «спеть» песенку водички. Ребенок поет «длинную песенку», т.е. произносит звук С протяжно.

«Воздушные шары»

Чтобы малыш научился обращать внимание на цвет предметов и подбирать одинаковые цвета, полезно предложить ему эту игру. Но предварительно нужно наклеить на бумагу или картон узкие полоски 6—7 разных цветов (лучше всего использовать чистые цвета радуги) и вырезать из цветной бумаги круги тех же цветов. Эти полоски будут ниточками, а круги — шариками. Объясните ребенку, что шарики надо «привязать» к ниточкам подходящих цветов, и покажите, как это сделать. После этого ему можно

дать возможность действовать самостоятельно, вмешиваясь только в том случае, если он ошибается.

«Сложи картинку»

Для игры понадобятся картинки со схематическими изображениями предметов: вагончик, грибок, кораблик, снеговик, цыпленок, домик. Кроме рисунков, необходимо приготовить вырезанные из плотной бумаги геометрические фигуры - круги, квадраты, треугольники, трапеции. Покажите ребенку одну картинку, рассмотрите из скольких частей состоит предмет, какие они по форме. Затем предложите найти такие же среди геометрических фигур и попросите ребенка попробовать сложить картинку из геометрических фигур по образцу.

«Цветные коробочки»

Для этой игры нам нужны несколько коробочек, например, из-под духов, фото пленки (в форме цилиндра), конфет “монпансье” (круглая плоская коробочка), спичек, зубочисток и т.п. Необходимое условие – коробочки должны быть небольшими по величине, многократно и легко открываться, не ломаясь при этом. Количество коробочек зависит от возраста и возможностей малышей – начинаем с 5-7 коробочек, по мере обучения можно увеличить их число до 8-10.

Коробочки нужно обклеить бумагой или картоном (очень удобна самоклеящаяся бумага) определенного цвета. Коробочки станут красивыми и разноцветными. Перед игрой мы их рассматриваем и точно называем цвет (красная, синяя, желтая ...), величину и форму (большая, круглая, высокая...). Затем договариваемся, что (или кто) прячется в коробочках. У нас в них живет и играет в прятки Мышонок из киндер-сюрприза.

Игра начинается: дети честно закрывают глазки, а Мышонок прячется в одной из коробочек. Затем, когда Мышонок спрятан и глазки открыты, можно назвать признаки заветной коробочки.

Какие это признаки, зависит от поставленной задачи, от опыта детей. Можно назвать только цвет, если мы учим цвета, или форму, или величину, или два признака сразу: “в маленькой красной”.

Игры на развитие интеллекта, логического мышления, внимания, памяти(из книги "Проблемы маленького ребенка" Г. Мониной, Е. Лютовой)
"Где что было"

Ребенку показывают несколько предметов, лежащих на столе. Когда он отвернется, один из предметов убирают или переставляют. От ребенка требуется указать, что изменилось. Начинать следует с небольшого количества предметов, постепенно его увеличивая.

"Найди отличие"

Ребенок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

"Ласковые лапки"

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек" прикасался к руке - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Вариант игры: "зверек" будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

"Разговор с руками"

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки - нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином.

Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

" Кто я? "

В эту игру можно играть где угодно: дома на кухне, по дороге из детского сада. Для нее не потребуется специального стола и других приготовлений, нужны только родительская выдумка и фантазия. Итак: «Кто я?» — спрашиваете вы у ребенка и изображаете (жестами, мимикой, звуками и т.п.) поезд, машину, чайник, самолет, продавца, врача, собаку, кошку и т.п. Естественно, что возможности такого показа почти безграничны и зависят только от житейского опыта вашего ребенка. Расширяйте житейский опыт и с помощью такой игры. Когда ребенок научится угадывать, что вы изображаете, загадывайте с ним по очереди.

