

Принято на педагогическом
совете от 26 августа 2023.
протокол № 1



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с № 19
«Звездочка»
Н.В.Петрова

Введено в действие
Приказом МБДОУ «Д/с № 19
«Звездочка»
«02» октября 2023 г. № 174

Программа дополнительного образования «Говоруша»

(коррекция звукопроизношения детей дошкольного возраста с ЗПР
средствами дидактической игры)

Возрастная категория: средний и старший дошкольный возраст (5-7 лет)

Срок реализации Программы:
1 учебный год

Составитель рабочей программы:
Калашникова А.Н.

г. Альметьевск, 2023 г.

Оглавление

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка.

Цели и задачи логопедического кружка.

Структура и содержание кружковой деятельности.

Планируемые результаты освоения Программы логопедического кружка.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Тематическое планирование занятий по кружковой деятельности.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Игры и упражнения на развитие речевого дыхания.

Дыхательно – голосовые упражнения.

Игры и упражнения на релаксацию.

Упражнения для активизации работы мышц глаза.

Массаж.

Ритмодекламация.

Логоритмические упражнения.

4. ИНФОРМАЦИОННО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важный и неповторимый период в развитии ребенка, особенно в плане развития его речи. Без формирования чистой и правильной речи невозможно приобретать навыки общения и учиться строить отношения с окружающим миром. При нормальном развитии овладение правильным звукопроизношением у дошкольников заканчивается к 4-5 годам. Но иногда в силу ряда причин этот процесс затягивается.

У детей с ЗПР (задержкой психического развития) отмечается замедленный темп речевого развития и большая распространенность нарушения речи. Многие проявления патологии речи связаны с общими психопатологическими особенностями детей с ЗПР. У большинства детей с ЗПР имеются нарушения как импрессивной речи, так и экспрессивной речи. В словаре детей с ЗПР преобладают существительные и глаголы. Трудности в построении высказываний у детей с ЗПР во многом обусловлены недоразвитием у них познавательной деятельности, незрелостью мыслительных операций, низким уровнем саморегуляции умственной деятельности, а также несформированностью произвольных процессов. При коррекционной работе важно учитывать не только подходы к исправлению, но и комплексное развитие ребёнка. Поэтому занятия строятся в игровой форме.

Очень часто речевое нарушение, являясь первичным дефектом, влечет за собой заметное отставание в психическом развитии. Нарушение произносительной стороны речи требует специальной логопедической помощи. И, как известно, чем раньше начата коррекционная работа, тем она эффективнее.

В настоящее время наблюдается неумолимый рост числа детей с различными речевыми расстройствами. Поэтому проблема ранней профилактики и ранней коррекции речевых нарушений представляется на сегодняшний день очень актуальной.

Кружковая логопедическая работа является пропедевтической перед занятиями по коррекции звукопроизношения в старшем дошкольном возрасте, она дает возможность охватить логопедическим воздействием всю группу детей и запустить механизм самокоррекции.

Программа логопедического кружка «Говоруша» позволяет оказывать специализированную логопедическую помощь детям 4-7 лет.

При составлении программы были использованы методические разработки О.С.Гомзяк, О. И. Крупенчук, Н.В. Нищевой, Т. А. Ткаченко, а также собственные методические разработки и пособия автора программы. Данная программа составлена с учётом и использованием современных инновационных технологий и методик в области профилактики и коррекции речевых нарушений у детей.

В основу планирования занятий кружка положен комплексно-тематический принцип. Таким образом, осуществляется взаимосвязь с занятиями воспитателей и узких специалистов и закрепление пройденного лексического материала каждой темы посредством разнообразных речевых игр и упражнений.

Цель работы кружка: создание благоприятных условий для совершенствования звукопроизношения у детей с ЗПР 5-7 лет в условиях дошкольного учреждения.

Задачи:

1. Развитие слухового внимания и слухового восприятия, фонематического слуха.
2. Развитие моторики артикуляционного аппарата.
3. Развитие дыхания.
4. Развитие мелкой моторики.
5. Формирование умения регулировать силу голоса.
6. Формирование правильного звукопроизношения.
7. Работа над интонационной выразительностью речи (использование логических пауз, ударений, мелодики, темпа, ритма, тембра).
8. Расширение словарного запаса.
9. Воспитание культуры речевого общения.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю, во второй половине дня, всего **32** занятия (с октября по май включительно).

Продолжительность занятия: **25-30** минут.

Форма организации детей: фронтальная.

Занятие строится в форме единой сюжетной линии. Главный герой занятий кружка и любимец детей – веселый попугай Говоруша, у которого много друзей среди животных. По мере изучения тем, дети знакомятся с разными персонажами, которых приглашает с собой Говоруша: бегемотиком Жужей, змейкой Шушей, лошадкой Динь-Динь, лягушкой Квакушей, обезьянкой Анфисой и др. Эти персонажи – логопедические игрушки - надеваются на руку взрослого и оживляют эмоциональное общение педагога с детьми.

Вовлечение детей в сюжет становится для них эмоционально значимым, позволяет раскрыть их личностные качества, преодолеть речевой негативизм, воспитывает чувство взаимопомощи.

Частая смена и, соответственно, новизна заданий увеличивают концентрацию внимания, снижают утомляемость малышей; дозированность заданий способствует прочности усвоения материала.

В содержание занятий включены следующие виды работы:

- Артикуляционная гимнастика, самомассаж органов артикуляции.
- Упражнения на развитие слухового восприятия, фонематических процессов, внимания, памяти.
- Дыхательные и фонопедические упражнения.

- Упражнения на развитие темпа, ритма и координации речи и движений с музыкальным сопровождением (логоритмика) и без музыкального сопровождения.
- Игры и упражнения для развития мелкой моторики рук, самомассаж кистей рук, игры с су-джок мячиками.
- Лексико-грамматические упражнения и упражнения для формирования связной речи.
- Упражнения на расслабление (релаксация).

Для оздоровления детей, снятия мышечного и нервного напряжения используются нетрадиционные методы, такие как элементы Су – джок терапии, самомассаж ладоней и стоп массажными мячиками, игры с бельевыми прищепками, эластичными кольцами и палочками для точечного массажа, кинезиологические упражнения. Для активизации внимания детей на занятии применяются средства ИКТ.

Данная программа может быть рекомендована для использования как на коррекционно-развивающих занятиях учителя-логопеда, так и для работы воспитателей групп общеразвивающей направленности с целью профилактики речевых недостатков у детей 4-7 лет.

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Тематическое планирование занятий по кружковой деятельности «Говоруша»

Октябрь

	1. Дыхательное упражнение «Ветерок». 2. Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Пчёлка». 3. Гимнастика для глаз. 4. Пальчиковая гимнастика. 5. Игровая программа.	1. Дыхательное упражнение «Петух». 2.Релаксационные упражнения: «Улыбка», «Спящий котёнок». 3. Массаж БАТ «Труба». 4. Ритмодекламация № 1. 5. «Зеркало и обезьяны»	1. Дыхательное упражнение «Одуванчик». 2. Релаксационные упражнения «Пчёлка», «Бабочка». 3.Гимнастика для глаз «Солнышко и тучки». 4. Оздоровительный массаж спины. 5. Раз, два, три, четыре, пять, Вы хотите поиграть?	1.Дыхательное упражнение «Регулировщик». 2.Релаксационные упражнения: «Качели», «Порхание бабочки» 3. Ритмодекламация №1 4. Пальчиковая гимнастика. 5. Игровое
--	--	--	---	--

				занятие.
ноябрь	1. Дыхательное упражнение «Часики». 2. Релаксационные упражнения «Бабочка», «Муравей». 3. Логоритмические упражнения. 4. Массаж лица «Воробей». 5. «Сказку ты дружок послушай и сыграй».	1. Дыхательное упражнение «Паровоз». 2. Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Муравей». 3. Гимнастика для глаз. 4. Массаж БАТ «Труба». 5. Сказка «Зайчик и ёжик».	1. Дыхательное упражнение «Насос». 2. Релаксационные упражнения «Драгоценность», «Водопад». 3. Пальчиковая гимнастика. 4. Оздоровительный массаж спины. 5. Театральные игры.	1. Дыхательное упражнение «Лыжник». 2. Релаксационные упражнения «Шишки», «Водопад». 3. Логоритмические упражнения. 4. Массаж лица «Пчёлка». 5. Учимся говорить по-разному (интонация).
декабрь	1. Дыхательное упражнение «Часики». 2. Релаксационные упражнения «Сорви яблоко», «Воздушный шарик». 3. Самомассаж пальцев рук. 4. Гимнастика для глаз. 5. Одну простую сказку хотим	1. Дыхательное упражнение «Ветерок». 2. Релаксационные упражнения «Холодно-жарко», «Воздушный шарик». 3. Ритмодекламация №1 4. Логоритмические упражнения 5. Постучимся в Теремок.	1. Дыхательное упражнение «Шарик». 2. Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Качели». 3. Гимнастика для глаз. 4. Массаж БАТ «Наступили холода». 5. Дятел выдолбил дупло.	1. Дыхательное упражнение «Трубочка». 2. Релаксационные упражнения «Качели», «Улыбка». 3. Ритмодекламация №1. 4. Пальчиковая гимнастика. 5. Многим домик послужил, кто только в домике не жил.

	мы рассказать.			
январь	1 неделя - каникулы	1. Дыхательное упражнение «Снежинки». 2. Релаксационные упражнения «Снежинки», «Бабочка». 3. Упражнения для коррекции зрения. 4. Весёлые стихи сочиняем и слово – рифмы добавляем.	1. Дыхательные упражнения «Звёздочки». 2. Релаксационные упражнения «Лентяи», «Улыбка». 3. Массаж БАТ «Снеговик». 4. театрализованная игра «Толстячки и худышки».	1. Дыхательное упражнение «Снежинка». 2. Релаксационные упражнения «Драгоценность», «Лентяи». 3. Гимнастика для глаз «Ёлочка». 4. Разыгрывание эпизодов.
февраль	1. Дыхательное упражнение «Лыжник». 2. Релаксационные упражнения «Каждый спит», «Тихое озеро». 3. Логоритмические упражнения 4. Оздоровительный массаж. 5. Театральная игра «Угадай, что я делаю».	1. Дыхательное упражнение «Гуси летят». 2. Релаксационные упражнения «Игра с песком», «Тихое озеро» 3. Пальчиковая гимнастика. 4. Ритмодекламация №2. 5. Театральная игра «Любитель-рыболов».	1 Дыхательное упражнение «Часики». 2. Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Облака» 3. Оздоровительный массаж шеи. 4 Логоритмические упражнения 5. Театрализованная игра «Любитель-рыболов».	1 Дыхательное упражнение «Сдуй снежинку». 2. Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Облака» 3. Ритмодекламация №2. 4. Театральная игра «Одно и то же по-разному».
март	1. Дыхательное упражнение.	1. Дыхательное упражнение	1. Дыхательное упражнение	1. Дыхательное упражнение

	«Паровоз». 2.Релаксационные упражнения «Муравей», «Радуга». 3.Массаж лица. 4. Пальчиковая гимнастика. 5.Культура и техника речи.	«Снежинки». 2.Релаксационные упражнения «Винт», «Радуга». 3.Гимнастика для глаз «Ёлочка» 4.Массаж для глаз «Снеговик». 5. Наши Эмоции.	«Шарик». 2.Релаксационные упражнения «Штанга», «Ручей». 3.Массаж ушей «На границе». 4.Распознаём по мимике и интонации.	«Свеча». 2.Релаксационные упражнения «Бабочка», «Шишки». 3.Пальчиковая гимнастика. 4.Логоритмические упражнения. 5. «Кругосветное путешествие».
апрель	1 Дыхательное упражнение «Аромат роз». 2. Релаксационные упражнения «Холодно-жарко», «Игра с песком». 3.Массаж ушных раковин. 4. Ритмодекламация №3. 5.Чтение пьесы «Теремок».	1.Дыхательное упражнение «Цветы». 2.Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Отдых на море». 3. Массаж для пальцев рук «Ёжики». 4.Обсуждение пьесы «Теремок». Работа над эпизодами пьесы «Теремок».	1 Дыхательное упражнение «Звёздочки». 2.Релаксационные упражнения «Бабочка», «Шишка». 3.Ритмодекламация №3 4.Оздоровительный массаж спины. 5.Репитация эпизода пьесы «Теремок».	1. Дыхательное упражнение «Ветерок». 2.Релаксационные упражнения «Игра с песком», «Холодно-жарко». 3.Массаж БАТ «Что делать после дождика?!». 4. Культура и техника речи, Драматизация по сказке «Теремок».
май	1 Дыхательное упражнение «Подуй на ленточку». 2. Релаксационное упражнение	1.Дыхательное упражнение «Шар лопнул». 2.Релаксационное	1.Дыхательное упражнение «Аромат цветов». 2.	1.Дыхательное упражнение «Паровоз». 2.Релаксацион

	«Холодно-жарко».	упражнение	Релаксационны е упражнения	ные упражнения
	3.Самомассаж рук.	«На полянке».	«Муравей», «Водопад».	«Холодно- жарко», «Водопад».
	4.Гимнастика для глаз.	3.Логоритмическое упражнение	3. Массаж спины.	3.Пальчиковая гимнастика.
	5. Злая, злая нехорошая змея укусила молодого воробья.	4.Пропал бы бедный воробей, если б не было друзей.	4.Гимнастика для глаз.	4. Массаж лица «Воробей».
			5. Театральная игра «Морское путешествие».	5.Слава, слава Айболиту, слава, слава всем друзьям.

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Игры и упражнения на развитие речевого дыхания.

Игры и упражнения на развитие речевого дыхания без участия речи

Цель: развитие длительного, плавного выдоха, активизация мышц губ;

Увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох.

1. **«Цветочек».** Сделать вдох и задержать дыхание, понюхать цветочек (вдохнуть аромат).
2. **«Одуванчик»** (проводится на свежем воздухе). Сорвать одуванчик, подуть на него так, чтобы с первого-третьего раза слетели все пушинки.
3. **«Узнай по запаху».** Узнать яблоко, сок, одеколон и т.п. по запаху, сначала с открытыми глазами, потом с закрытыми.
4. **«Свеча»** («Задуй свечу»). Сделать вдох. По сигналу «Тихий ветерок» медленно выдохнуть на пламя свечи, так, чтобы оно отклонялось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветер» - задуть свечу резким выдохом.
5. **«Костёр».** Воспитатель кладёт перед детьми картинку (или макет) костра из полосок тонкой бумаги. Детям предлагается «раздуть угасающий костёр», вдыхая через нос и медленно выдыхая через рот.
6. **«Не разбуди игрушку».** Дети двигаются шагом под музыку в четырёхдольном размере. На первую, вторую долю – два коротких шага и вдох носом, на третью-четвёртую доли – остановка и долгий выдох.
7. **«Погрей руки».** Дети вдыхают через нос и дуют на «озябшие» руки, плавно выдыхая через рот.

8. **«Султанчик».** Детям предлагается долго дуть на султанчик из полосок бумаги или цветных перьев на палочке, на цветные метёлочки, на хвосты у птичек или лошадок, на плавники у рыбок, на «хвостики» у девочек и т.п.
9. **«Листья шелестят».** Детям предлагают полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листиков и прикреплённые к «ветке». По сигналу «Подул ветерок» дети плавно дуют на листики, так, чтобы они отклонялись и шелестели.
10. **«Чья птичка дальше улетит».** Фигурки птичек из тонкой бумаги ставят на самый край стола. Двое детей садятся – каждый напротив своей птички – и по сигналу дуют на неё. Продвигать птичек нужно только на выдохе. Остальные дети следят: чья птичка дальше улетит (проскользит по столу)?
11. **«Бурлящая вода».** Детям предлагается подуть в бутылку с водой через трубочку. Выдох должен быть ровный и длительный – тогда вода будет долго и равномерно бурлить.

Дыхательно-голосовые игры и упражнения на материале согласных звуков.

Цель. Отработка удлинённого выдоха через рот с одновременным произношением согласных звуков.

1. «Ветерок».

Педагог:

Дует лёгкий ветерок – Ф-Ф-Ф...

И качает так листок – Ф-Ф-Ф...

Выдох спокойный, ненапряжённый.

Дует сильный ветерок – Ф-Ф-Ф...

И качает так листок – Ф-Ф-Ф...

Активный выдох.

Дует ветерок, качаются осенние листочки и поют свои песенки...

Осенние листочки на веточках сидят,

Осенние листочки детям говорят:

Осиновый - А-А-А...

Рябиновый – И-И-И...

Берёзовый – О-О-О...

Дубовый – У-У-У...

Дети хором поют: «А-А-А», «И-И-И», «О-О-О», «У-У-У».

1. **«Трубач».**

Сидя, медленно вдыхая, громко произносить: ПФ-Ф-Ф. Повторить 4-5 раз.

1. **«Ёжик»**

Сидя на коврике, ноги вместе, упор на кисти рук сзади, согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди – медленный выдох на звуке Ф-Ф-Ф-Ф_. Выпрямить ноги – вдох (4-5 раз).

1. **«Регулировщики»**

Стоя, ноги расставлены на ширину плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук и во время удлинённого выдоха произносить: Р-Р-Р-Р-Р (5-6 раз).

1. **«Каша кипит».**

Сидя, одна рука лежит на животе, другая – на груди. Втягивая живот – вдох, выпячивая живот – выдох. Выдыхая, громко произносить: Ф-Ф-Ф-Ф (3-4 раза).

1. **«Гуси шипят».**

Ноги на ширине плеч, руки опущены. Наклониться вперед с одновременным отведением рук в стороны – назад (в спине прогнуться, смотреть вперёд) – медленный выдох на звуке Ш-Ш-Ш-Ш-Ш (5-6 раз).

1. **«Шар лопнул».**

Педагог:

Надувала кошка шар,

А котёнок ей мешал:

Подошёл и лапкой – топ!

А у кошки шарик – лоп

Ноги слегка расставлены, руки опустить вниз. Разведение рук в стороны – вдох. Хлопок перед собой – медленный выдох на звуке Ш-Ш-Ш-Ш-Ш (5-6 раз).

1. **«Насос».**

Встать прямо, ноги вместе, руки вдоль туловища. Вдох (при выпрямлении) и выдох с одновременным наклоном туловища в сторону и произнесением звука С-С-С-С (руки скользят вдоль туловища)(6-8 раз).

1. **«Семафор».**

Сидя, ноги сдвинуты вместе. Поднимать руки в стороны – вдох, медленно опускать вниз – длительный выдох на звуке С-С-С-С-С (5-6 раз).

1. **«Лыжник».**

Ноги полусогнуты и расставлены на ширину ступни. Имитация ходьбы на лыжах в течение 1,5-2 минуты. На выдохе произносить М-М-М-М-М (5 раз).

Дыхательно-голосовые игры и упражнения на материале слогов.

1. **«Часики».**

Стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперёд-назад, произносить: тик-так.

1. **«Петух».**

Встать прямо, руки опущены. Поднять руки в стороны, затем похлопать ими по бёдрам. Выдыхая произносить ку-ка-ре-ку.

1. **«Паровозик».**

Ходить по комнате, выполняя попеременно движения руками и приговаривая: чух-чух-чух.

1. **«Дровосек».**

Ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Поднять сцепленные руки вверх – вдох, опустить – вниз медленный выдох с произнесением слова ух-х-х-х.

1. **«Гуси летят».**

Медленная ходьба в течении 1-2 минут. Поднимать руки в стороны – вдох, руки вниз – выдох, произносить: гу-у-у-у.

Дыхательно-голосовые упражнения на материале слов.

Цель: Тренировка удлинённого выдоха через рот с одновременным проговариванием слов с изменением силы и высоты голоса.

1. **Произнесение ряда слов на одном выдохе.**

Вдох – папа, папа; пока, пока, кипа; папа, пока, кипа, пика и т.п.

1. **Перечисление названий месяцев.**

Например: январь, февраль; январь, февраль, март и т.д.

1. **Перечисление времён года.**

Зима; зима, весна; зима, весна, лето.

Дыхательно-голосовые упражнения на материале предложений, фраз.

1. **Произнесение фразы с постепенным усложнением.**

Цель: Тренировка удлинённого выдоха с одновременным произнесением фразы.

Во время беседы по сюжетной картинке, произносится короткая фраза. Первый ребёнок повторяет фразу, дополняя её одним словом, второй – ещё одним и т.д. Фраза должна произноситься на одном выдохе.

1. **«Цветы».**

В вазе знакомые детям цветы. Дети называют их. Затем по очереди нюхают какой-либо цветок и на одном выдохе произносят заданную фразу. Фразы постепенно усложняются. Например: «Роза пахнет. Роза очень хорошо пахнет. Красная роза очень хорошо пахнет».

Игры и упражнения на релаксацию:

Настрои на релаксацию:

1. **Этап**

Лечь удобно и расслабиться.

1. **Этап**

Прочувствовать и «осмотреть» всё своё тело мысленным взором, вызывая чувство тепла, и последовательно «осмотрев» все его части: голову, руки, ноги, туловище. Желательно при этом закрыть глаза.

1. **Этап**

Ощущение приятного тепла, удовольствия, покоя, комфорта от расслабленного тела.

Вводная часть перед каждым настроем

Дети ложатся на ковёр, устраиваются поудобнее. Руки вытянуты вдоль туловища, расслаблены. Ноги прямые, не скрещенные. Играет тихая, спокойная музыка.

Педагог:

«Ложитесь поудобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим рукам и ногам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя...(пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию...(пауза). Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...»

Релаксационные настрои:

1. **«Воздушные шарики».**

Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают, и вы становитесь всё легче и легче. Всё ваше тело становится лёгким и

невесомым. И ручки лёгкие и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушный шарик поднимается всё выше и выше. Дует тёплый, ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик... (пауза – поглаживание детей)... Обдувает шарик, ласкает шарик... Вам легко и спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт три откройте глаза. Улыбнитесь своему шарiku.

1. «Облака».

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вдохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ножки – лёгкие. Всё ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому лёгкому, самому пушистому, самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое, нежное облако... (пауза – поглаживание детей). Гладит..., поглаживает... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.

1. «Лентяи».

Сегодня мои дети много занимались, играли и наверное устали. Я предлагаю вам немного полениться. Представьте себе, что вы - лентяи и нежитесь мягком, мягком ковре. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно. Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает всё ваше тело. Вы спокойно отдыхаете, вы ленитесь. Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги...(пауза – поглаживание детей). Отдыхают ручки у... Отдыхают ножки у... Приятное тепло охватывает всё ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно. Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, всё тело расслаблено. Чувство приятного покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы ленитесь. Приятная лень разливается по всему телу. Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя лень и на счёт «Три» откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение.

1. «Водопад».

Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Чудесный день, голубое небо, тёплое солнце. Горный воздух свеж и приятен. Вам дышится легко и свободно. Но водопад наш необычен, вместо воды в нём падает мягкий, белый свет. Представьте себе, что вы стоите под этим чудесным водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове. Вы чувствуете, как он струится по лбу..., голове..., шее... Белый свет течёт по вашим плечам..., помогает им стать мягкими и расслабленными... (пауза – поглаживание детей). А нежный свет течёт всё дальше по груди, по животу.... Пусть свет гладит ваши ручки, пальчики. Свет течёт и по ногам, и вы чувствуете, как он обтекает всё ваше тело. Оно становится мягким и расслабленным. Вы чувствуете себя совершенно спокойно, и с каждым вздохом вы всё сильнее расслабляетесь. А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Волшебный свет наполнил вас свежими силами и энергией.

Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц лица:

1. «Солнечный зайчик».

Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щёчках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник – он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним. (Повторить 2-3 раза).

1. «Пчёлка».

Представьте себе тёплый, летний день. Подставьте солнышку ваше лицо, подбородок тоже загорает (разжать губы и зубы на вдохе). Летит пчелка, собирается сесть кому-нибудь на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Прогоняя пчёлку можно энергично двигать губами. Пчёлка улетела. Слегка открыть рот, облегчённо выдохнуть воздух (повторить 2-3 раза).

1. «Бабочка».

Представьте себе тёплый летний день. Ваше лицо загорает, носик тоже загорает – подставьте нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка, выбирает, на чей носик сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым я (задержка дыхания). Прогоняя бабочку можно энергично двигать носом. Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе) (повторить 2-3 раза).

1. «Качели».

Представьте себе тёплый летний день. Ваше лицо загорает, ласковое солнышко гладит вас (мышцы лица расслаблены). Но вот летит бабочка, садится к вам на брови. Она хочет покачаться как на качелях. Пусть бабочка качается на качелях. Двигать бровями вверх - вниз. Бабочка улетела, а солнышко пригревает (расслабление мышц лица) (повторить 2-3 раза).

1. «Улыбка».

Представьте себе, что вы видите перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой улыбке. Улыбайтесь в ответ солнышку и почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться шире. Растягиваются ваши губы, напрягаются мышцы щёк.... Дышите и улыбайтесь..., ваши руки и ладони наполняются улыбающейся силой солнышка (повторить 2-3 раза).

Релаксационные упражнения на снятие напряжения с мышц туловища, рук, ног:

1. «Спящий котёнок».

Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали..., начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (повторить 2-3 раза).

2.«Шишки».

Представьте себе, что вы – медвежата и с вами играет мама – медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах. Но вот медвежата устали и роняют лапки вдоль тела – лапки отдыхают. А мама – медведица снова кидает шишки медвежатам... (повторить 2-3 раза).

1. «Холодно -жарко».

Представьте себе, что вы играете на солнечной полянке. Вдруг подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы замёрзли, обхватили себя руками, голову прижали к рукам – греетесь. Согрелись, расслабились.... Но вот снова подул холодный ветер... (повторить 2-3 раза).

1. «Солнышко и тучка».

Представьте себе, что вы загораετε на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – все сжались в комочек, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнышко вышло из-за тучки, стало жарко, все расслабились (на выдохе) (повторить 2-3 раза).

1. «Драгоценность».

Представьте себе, что вы держите в руках что-то очень ценное, дорогое для вас, и кто-то хочет у вас это отнять. Вы сжимаете кулачки всё крепче и крепче..., ещё крепче, уже побелели косточки, кисти начинают дрожать.... Но вот обидчик ушёл, а вы разжимаете свои кулачки, пальцы становятся расслабленными, кисти рук спокойно лежат на коленях... Они отдыхают... (повторить 2-3 раза).

1. «Игра с песком».

Представьте себе, что вы сидите на берегу моря. Наберите в руки песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак – удержите песок в руках (задержка дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела, лень двигать тяжёлыми руками (повторить 2-3 раза).

1. «Муравей».

Представьте себе, что вы сидите на полянке, ласково греет солнышко. На пальцы ног залез муравей. С силой натянуть носки на себя, ноги напряжены, прямые. Прислушаемся, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросим муравья с ног (на выдохе). Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают (повторить 2-3 раза).

Упражнения для активизации работы мышц глаза.

(Гимнастика для глаз)

Комплекс №1. (способствует снятию статического напряжения мышц глаза, улучшает кровообращение. И.п. сидя)

1. Плотно закрыть глаза, а затем широко открыть глаза с интервалом 30 сек. (5-6 раз).

2. Посмотреть вверх, вниз, влево, вправо не поворачивая головы (2-3 раза).
3. Вращать глазами по кругу 2-3 сек. (3-4 раза).
4. Быстро моргать (1 мин).
5. Смотреть вдаль, сидя перед окном (3-4 мин).

Комплекс №2. (способствует снятию утомления, улучшению кровообращения, расслаблению мышц глаза и.п. - стоя).

1. Смотреть прямо перед собой (2-3 сек.), поставить указательный палец на расстоянии 25-30 см. от глаз. Перевести взгляд на кончик пальца, смотреть на него 2-3 сек., опустить руку (повтор 4-5 раз).
2. Опустить голову, посмотреть на носок левой ноги; поднять голову посмотреть в правый верхний угол комнаты; опустить голову, посмотреть на носок правой ноги; поднять голову посмотреть в левый верхний угол комнаты (ноги на ширине плеч; 2-3 раза).
3. Посмотреть на вершины деревьев перед окном; перевести взгляд и назвать любой предмет на земле; отыскать в небе птиц или самолёт и проследить за ними взглядом; назвать транспорт проезжающий мимо или стоящий на обочине дороги.

Комплекс №3 (улучшает циркуляцию внутриглазной жидкости, восстанавливает кровообращение и.п. - сидя).

1. Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко одноименного глаза 1-2 сек.; отвести пальцы (3-5 раз).
2. Смотреть на концы пальцев вытянутой вперёд руки (по средней линии лица) медленно приблизить указательный палец к лицу, не отводя от него взгляда (3 раза).
3. Отвести полусогнутую правую руку с игрушкой в сторону; медленно передвигать игрушку справа налево, следит за ней двумя глазами; тоже самое, но в обратную сторону (4-5 раз).

Комплекс №4 (способствует улучшению координации движений глаз и головы, развитию сложных движений, улучшению функций вестибулярного аппарата и.п. - стоя).

1. Поднять глаза вверх, опустить вниз; посмотреть вправо, влево, не поворачивая головы (3-4 раза).
2. Поднять голову вверх; совершать круговые движения глазами по часовой стрелке, против часовой стрелки (2-3 раза).
3. Посмотреть на левый носок ног; поднять голову посмотреть на люстру; опустить голову, посмотреть на правый носок; поднять голову, посмотреть на люстру (2-3 раза).

Комплекс №5 (тренирует мышцы глаза, улучшает упругость век, восстанавливает циркуляцию внутриглазной жидкости).

1. И.п. – сидя на полу. Ноги согнуть в коленях, руки в упоре сзади; повернуть голову назад и увидеть предметы, расположенные сзади (2 раза).
2. И.п. – стоя, руки на палке, расположенной вертикально. Отвести руки от палки и успеть удержать падающую палку; попеременно перехватывать палку двумя руками (3-4 раза).
3. И.п. – стоя. «Спрячь глазки» (зажмуриться). «У кого глазки большие» (широко открыть глаза).

Комплекс № 6 (способствует тренировке мышц глаза, формированию сложных движений глазных мышц).

1. И.п. – стоя, руки с мячом внизу. Поднять мяч до уровня лица, широко открытыми глазами посмотреть на него; опустить мяч; поднять мяч до уровня лица, прищурить глаза, посмотреть на мяч; опустить его.
2. И.п. – стоя, мяч в вытянутых перед собой руках. Двигать руками вправо-влево, следить глазами за мячом (5-6 раз).
3. И.п. – руки с мячом внизу. Совершать медленные круговые вращения руками снизу вверх, вправо и влево, следить глазом за мячом (4-5 раз).
4. И.п. – стоя, мяч в вытянутых руках. Согнуть руки, поднести мяч к носу; вернуться в исходное положение, следить за мячом (4-5 раз).

Гимнастика для глаз (с текстом)

1. **«Солнышко и тучки»**

Педагог:

Солнышко с тучками в прятки играло.

Посмотреть глазами вверх-вниз, вправо-влево.

Солнышко тучки-летучки считало:

Серые тучки, чёрные тучки.

Лёгких - две штучки,

Тяжёлых – три штучки.

Тучки попрятались, тучек не стало.

Закрыть глаза ладонями.

Солнце на небе всю засияло.

Поморгать глазками.

Продавало солнышко на весёлой ярмарке

Платя разноцветные, яркие, прелевые.

Приходил на ярмарку весёлый народ.

Побывал на ярмарке весь огород.

1. «Ёлочка»

Дети берут в руки маленькую ёлочку на палочке, чётко проговаривая чистоговорку.

При выполнении гимнастики голова всё время находится в одном положении, двигаются только глаза.

Хором.

Ашу-Ашу-Ашу –

Нарядим ёлку нашу.

Передвигают ёлочку вправо-влево, прослеживая движение взглядом.

Ишки-Ишки-Ишки –

Поднимают вверх и опускают вниз.

Вот золотые шишки.

Ош-Ош-Ош –

Рисуют в воздухе круг.

Шар большой хорош.

Ша-ша-ша –

Рисуют в воздухе ёлочку.

Ёлка тоже хороша.

Педагог.

Едут в поезде, ребята.

Белочки и зайчики

К девочкам и мальчикам.

Массаж.

Гигиенический (поглаживающий) массаж.

Гигиенический массаж – прекрасная разминка. Она придаёт телу чувство лёгкости и комфортности, а лицу выражение спокойной уверенности. Для ощущения плавной ритмичности эффективно использование плавной музыки, которая создаст дополнительное чувство эмоционального комфорта.

1. **Массаж лба.** Поглаживать лоб кончиками пальцев обеих рук от середины лба к ушам. 4-6 раз.
2. **Массаж верхней части лица.** Кончиками пальцев обеих рук поглаживать лицо от спинки носа к ушам. Повторить 4-6 раз.
3. **Массаж средней части лица.** Кончиками пальцев обеих рук поглаживать от середины верхней губы к ушам. 4-6 раз.
4. **Массаж верхней и нижней губы.** Натягивать то верхнюю, то нижнюю губу на зубы, массировать кончиками пальцев от середины губы к углам рта. 4-6 раз.
5. **Массаж нижней челюсти.** Поглаживать от середины подбородка сначала тыльными сторонами кистей обеих рук до ушей, затем ладонями от ушей обратно к середине подбородка. 4-6 раз.
6. **Массаж слизистой оболочки рта и дёсен.** Губы сомкнуты. Кончиком языка, энергично нажимая на дёсны, облизывать справа налево и наоборот верхние и нижние дёсны с наружной стороны. 4-6 раз.
7. **Массаж твёрдого нёба.** Губы полуоткрыты. Кончиком языка энергично провести по твёрдому нёбу от передних зубов по направлению к глотке и обратно. 4-6 раз.

8. Массаж шеи:

1. Поглаживание передней части шеи (горло) то правой, то левой рукой сверху вниз. 4-6 раз.
2. Поглаживание затылочной части шеи. 4-6 раз.
3. Поглаживать боковую часть шеи, поворачивая голову то вправо, то влево.

9. Массаж лица.

1. «Воробей».

Сел на ветку воробей

И качается на ней.

Обеими ладонями проводят от бровей до подбородка и обратно вверх (не слишком надавливая).

Раз-два-три-четыре-пять –

Неохота улетать.

Массируют височные впадины большими пальцами правой и левой руки, совершая вращательные движения.

10. Массаж спины.

1. «Дождик».

Дети встают друг за другом «паровозиком» и выполняют следующие движения.

Педагог:

Дождь! Дождь! Надо нам

Расходиться по домам.

Хлопки ладонями по спине.

Гром! Гром, как из пушек.

Нынче праздник у лягушек.

Поколачивание кулачками.

Град! Град! Сыплет град!

Все под крышами сидят.

Постукивание пальчиками.

Только мой братишка в луже

Поглаживание спины ладошками.

Ловит рыбу нам на ужин.

1. **«Паровоз».**

Педагог.

Паровоз кричит: «Ду-ду!

Я иду, иду, иду!»

Поколачивание кулачками.

А вагоны стучат, а вагоны говорят:

«Так-так-так! Так-так-так!

Похлопывание ладошками.

Так-так-так! Так-так-так!»

11.Массаж биологически активных точек:

1. **«Наступили холода».**

Педагог.

Ехать в поезде тепло

Поглядим-ка мы в окно.

А на улице зима,
Наступили холода.
Давайте сделаем массаж от простуды.
Педагог.
Да-да-да –
Наступили холода.
Потереть ладошки друг о друга.
Да-да-да –
Превратилась в лёд вода.
Мягко провести большими пальцами рук по шее сверху вниз.
Ду-ду-ду –
Поскользнусь я на льду.
Указательными пальцами помассировать крылья носа.
Ду-ду-ду –
Я на лыжах иду.
Растереть ладонями уши.
Ды-ды-ды –
На снегу есть следы.
Приставить ладони ко лбу «козырьком» и энергично растирать лоб движениями в стороны – к середине лба.
Ди-ди-ди –
Хлопки в ладоши.
Ну, заяц погоди!
Погрозить пальцем.

1. **«Снеговик».**

Педагог.
Раз – рука, два – рука.
Вытянуть вперёд одну руку, потом – другую.
Лепим мы снеговика.

Имитировать лепку снежков.

Три-четыре, три-четыре,

Погладить ладонями шею.

Нарисуем рот пошире.

Пять – найдём морковь для носа,

Угольки найдём для глаз.

Кулачками растереть крылья носа.

Шесть – наденем шляпу косо,

Пусть смеётся он у нас.

Приставить ладони ко лбу «козырьком» и растереть лоб.

Семь и восемь, семь и восемь –

Мы плясать его попросим.

Погладить колени ладошками.

1. **«Труба».**

Педагог.

Ба-ба-ба –

Провести всеми пальцами по лбу от середины к вискам - 7 раз.

На крыше есть труба.

Бу-бу-бу –

Кулачками провести по крыльям носа – 7 раз.

Надо чистить трубу.

Бы-бы-бы –

Растереть ладонями уши.

Валит дым из трубы.

1. **«Что делать после дождика».**

Что делать после дождика?

Энергично массируют «дорожку» по спирали от уровня сосков вдоль переднее-среднего меридиана до яремной ямки.

По лужицам скакать!

Большими пальцами рук мягко поглаживают шею сверху вниз – 3 раза.

- Что делать после дождика?

Сильно раздвинув указательные и средние пальцы, кладут их за и перед ушами и с силой растирают кожу.

- Кораблики пускать!

Сжав руки в кулаки, возвышениями больших пальцев растирают крылья носа – 3 раза.

- Что делать после дождика?

Кладут три пальца на середину лба и массируют, мягко надавливая.

- На радуге качаться!

Слегка касаясь пальцами, проводят по лбу 3 раза.

- Что делать после дождика?

Энергично растирают ладони.

- Да просто улыбаться!

Протягивают ладони вперед и улыбаются.

1. **«Вышел зайчик погулять».**

Раз, два, три, четыре, пять –

Вышел зайчик погулять.

Приставляют ладони ко лбу, пальцы выпрямлены и прижаты друг к другу («козырёк»), и растирают лоб.

Вдруг охотник выбегает,

Прямо в зайчика стреляет.

Кулачками массируют крылья носа.

Но охотник не попал,

Серый зайчик убежал.

Всей ладонью растирают уши.

12.Массаж пальцев:

1. **«Умывание».**

Знаем, знаем – да, да, да,

Где ты прячешься, вода!

Поочерёдно массируют каждый палец.

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошку

По-нем-нож-ку.

Нет, не понемножку –

Энергично растирают ладони и кисти рук.

Посмелей!

Будет умываться посмелей!

1. «Рукавицы».

Вяжет бабушка Лисица

Всем лисятам рукавицы:

Поочерёдно потереть большим пальцем подушечки остальных пальцев.

Для лисёнка Саши,

Для лисички Маши,

Для лисёнка Коли,

Для лисички Оли,

Поочерёдный массаж пальцев левой руки, начиная с большого (при повторении массировать пальцы правой руки).

А маленькие рукавички

Для Наташеньки-лисички.

В рукавичках – да-да-да!-

Потереть ладони друг о друга.

Не замёрзнем никогда!

- А у нас есть валенки, -

Отвечали Заиньки. –

Что нам вьюга да метель?...

Хочешь Мишенька - примерь.

1. «Самомоссаж»

(По Йосиро Цуцуми модифицированный)

1. Массаж пальцев, начиная с большого и до мизинца.

Растирать зубной щёткой сначала подушечку пальца, затем медленно опускаться к его основанию.

Я возьму зубную щётку,

Чтоб погладить пальчики.

Станьте ловкими скорей,

Пальчики-удальчики.

1. Массаж поверхностей ладоней мячиками-ёжиками, прыгунками. Вертеть их в руках, щёлкать по ним пальцами «стрелять» состязаясь в меткости.

Мальчик мой не отдыхает,

На ладошке он гуляет.

Взад-вперёд его качу,

Вправо, влево, как хочу.

Сверху – левой, снизу – правой

Я его катаю, браво.

1. Массаж шестигранными карандашами. Грани карандаша легко «укалывают» ладони, активизируют нервные окончания, снимают напряжение.

Пропускать карандаш между одним и двумя-тремя пальцами, удерживая его в определённом положении в правой и левой руке.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Неприменно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

1. Массаж грецкими орехами (каштанами).

Катать два ореха между ладонями. Прокатывать один орех между двумя пальцами.

Научился два ореха,

Между пальчиков катать.

Это в школе мне поможет

Буквы ровные писать.

1. Массаж «чётками». Перебирание «чётков» (бус) развивает пальцы, успокаивает нервы.

Считать количество бус (в прямом и обратном порядке).

Дома я одна скучала,

Бусы мамины достала.

Бусы я перебираю,

Свои пальцы развиваю.

Ритмодекламация №1

1. Ходьба в колонне по одному: сделать два шага, остановиться, притопнуть левой ногой, два раза ударить по бёдрам, похлопать в ладоши (повторить 6-8 раз).

Топ, топ!

Хлоп, хлоп!

1. Ходьба в полуприседе, руки на поясе (дети представляют себя котятами, спешащими к маме-кошке).

Тук, тук, тук, тук!

Моих пяток слышен стук,

Мои пяточки идут,

Меня к мамочке ведут.

1. Ходьба на внутреннем своде стопы (дети изображают пингвинов).

Лёд да лёд, лёд да лёд,

А по льду пингвин идёт.

Лёд да лёд, скользкий лёд,

Но пингвин не упадёт,

1. Ходьба на наружном своде стопы (дети - медвежата).

Мишка, мишка косолапый,

Мишка по лесу идёт,

Мишка хочет сладких ягод,

Да никак их не найдёт.

1. Ходьба с высоким подниманием коленей (дети представляют себя лошадками).

Цок, цок! Конь живой,

С настоящей головой,

С настоящей гривой.

Вот какой красивый!

1. Прямой галоп (выполняя движения, дети щёлкают языком).
2. Боковой галоп со сменой направления.
3. Бег с выносом прямых ног вперёд.

Бу-ра-ти-но...

1. Марш со сменой направления по сигналу (все бодро идут под музыку).
2. Свободная ходьба с упражнениями на дыхание.

Ритмодекламация №2

1. Ходьба в колонне по одному (см. №1)
2. Ходьба в полуприседе.

Чок, чок, чок, чок

Наступлю на каблучок

(повторить 6-8 раз).

1. Ходьба с высоким подниманием колен, с хлопком по бёдрам.

Возле дома во дворе

Петушок гуляет

И любимую свою

Песню распивает.

1. Ходьба на носках с хлопками над головой.

Ку-ка-ре-ку,

Ку-ка-ре-ку

(повторить 4 раза).

1. Прыжки с продвижением вперёд, руки на пояс.

Скачут зайцы –

Прыг да скок –

На лесной опушке,

А у зайчиков торчат

Ушки на макушке.

1. Ходьба на внутреннем своде стопы.

Я пингвин не один,

Нас, пингвинов, стая.

Мы живём среди льдин

И не замерзаем.

1. Ходьба на наружном своде стопы.

Три медведя шли домой,

Папа был совсем большой,

Мама чуть поменьше ростом,

А сынок малютка просто.

1. Лёгкий бег на носках (0.5мин).

Побежали наши дети

Все быстрее и быстрее,

Не догонит косилапый...

Ну, давай веселей!

1. Свободная ходьба.

Ритмодекламация №3

1. Свободная ходьба.

На огород мы наш пойдём

И овощей там наберём.

Дорога коротка, узка,

Идём, ступая, мы, с носка.

1. Ходьба в полуприседе.

Дождик, дождик, веселей,

Капай, капай, не жалей.

Только нас не замочи,

Зря в окошко не стучи.

1. Ходьба приставным шагом вправо в полуприседе.

И по бордюру мы пойдём,

И приседаем мы на нём,

Потом обходим деревца

И пробежимся мы слегка.

1. Свободная ходьба.

А что в нынешнем году

В нашем выросло саду?

Всё мы вам покажем,

Обо всём расскажем.

Ритмодекламация №4

1. Ходьба на носках в среднем темпе, руки за головой.

мы весёлые ребята,

наше имя – медвежата.

Любим лазать и метать,

Любим прыгать и играть.

1. Ходьба в глубоком приседе.

Мишка шёл, шёл, шёл,

Землянику он нашёл.

Он присел, попыхтел,

Землянику всю он съел.

1. Ходьба с высоким подниманием бедра, поворотом на 360 градусов.

Мишка шёл, шёл, шёл,

К тихой речке он пришёл,

Сделал полный поворот,

Через речку пошёл вброд.

1. Прыжки с продвижением вперёд.

Мишка шёл, шёл, шёл,
На лужайку он пришёл,
Он попрыгал на лужайке
Быстро, ловко, словно зайка.

1. Легкий бег на носках (0.5 мин.).
2. Спокойная ходьба
3. .

Ритмодекламация №5

1. Ходьба в полуприседе, хлопки по бёдрам.

Вышли уточки на луг –
Кря, кря, кря, кря.

1. Лёгкий бег на носках.

Прилетел лохматый жук –
Жу-жу-жу-жу.

1. Ходьба с перекатом с пятки на носок или ходьба на носках, руки назад.

Гуси шею выгибают –
Га, га, га, га.

1. Прыжки с продвижением вперёд.

А лягушки на болоте –
Ква, ква, ква.

1. Ходьба с высоким подниманием бедра, руки на поясе.

Едем, едем на лошадке,
Цок, цок, цок, цок!
По дорожке гладкой, гладкой,
Цок, цок, цок, цок!
В гости нас звала принцесса,
Цок, цок, цок, цок!
Кушать пудинг

Сладкий, сладкий,

Цок, цок, цок, цок!

1. Бег с захлёстыванием голени назад.

Бей, бей, барабан,

Помоги солдату.

Если лопнет барабан,

Положу заплату.

1. Свободная ходьба под марш.

Логоритмические упражнения.

1. **«Прогулка».**

Педагог.

Раз-два-три-четыре-пять –

В лес отправимся гулять.

Обычная ходьба.

По извилистым тропинкам

Потихоньку мы пойдём.

Ходьба «змейкой» между листьями, лежащими на полу, взявшись за руки.

Может быть, и под листочком

Сладку ягодку найдём.

На носочки дети встали,

По дорожкам побежали.

Бег на носках

И на каблучках пойдём,

Через лужи перейдём.

Ходьба на пятках.

Где ты прячешься, грибок?

Полезай-ка в кузовок!

1. **«Ёжик»**

По сухой лесной дорожке –
Топ –топ – топ – топочут ножки.

Ходит, бродит вдоль дорожек

Весь в иголках серый ёжик.

Ищет ягодки, грибочки

Для сыночка и для дочки

Если подкрадётся волк –

Превратится ёж в клубок.

Ребята стоят, слегка согнувшись. Руки, согнутые в локтях, - перед грудью, кисти рук опущены вниз. Ноги, слегка согнутые в коленях, делают мелкие, частые шажки. «Собирают ягодки» - кончики пальцев соединяются, «срывают ягодки». Сворачиваются на полу клубком.

Ощетинит ёж иголки –

Не достанется он волку.

Ёж не тронет никого,

Но и ты не тронь его. Встают и продолжают топать по дорожке.

Речевые игры, способствующие обогащению словаря формированию грамматического строя речи.

1. “Узнай героя”

Цели:

- находить по словам-определениям героя;
- самостоятельно придумывать и подбирать слова-определения к характеристике героев:

Гадкий, нехороший, жадный – Бармалей.

Добрый, внимательный, заботливый – Айболит.

Грозный, зубастый, бессовестный – Крокодил.

Маленькие, толстопятые, неуклюжие – медвежата.

Маленький, бесстрашный, храбрый – комарик.

Кривоногий, хромой, хороший – Мойдодыр.

Кровожадный, беспощадный, злой – Бармалей.

2. “Все наоборот”

Цель: уметь подбирать к словам-определениям слова с противоположным значением

Больные – здоровые (зверята)

Злой – добрый (Бармалей)

Грустная – Веселая (Федора)

Грязный – чистый (мальчик)

Темно – светло (краденное солнце)

Высокий – низкий (жираф, бегемот)

3. “Что делает?”

Цель: подобрать к предметам и героям сказок слова-действия

Подушка – ускакала

Простыня – улетела

Брюки – сбежали

Стол – ушел

Умывальник – выбегает

Муха – пошла на базар и т.д.

4. “Кто? Что?”

Цель: уметь различать живое – неживое, правильно ставя вопросы; кто?, что?.

Муха-Цокотуха – самовар

Айболит – градусник

Федора – посуда

Крокодил – солнце и т.д.

5. “Четвертый лишний”

Цель: определить какой предмет из названных лишний. Объяснить свой выбор.

Айболит, волки, корабль, орел

Самовар, Муха-Цокотуха, уж, комарик

Утюг, скалка, блюдца, магнитофон

6. “Скороговорки”

Цель: учить четко проговаривать текст, постепенно увеличивая темп.

Слишком много ножек у сороконожек.

Расскажи-ка про покупки
Про какие про покупки? Про покупки, про покупки
Про покупочки свои.

7. “Загадки”

Цель: учить детей отгадывать загадки по содержанию текста сказки.

8. “Маленькие слова”

Цель: правильно употреблять в речи предлоги, знать их значение.

- И упал Айболит и лежит на снегу.

- Он в Африке, он в Африке

Под пальмою сидит.

- А рядом бегемотики

Схватились за животики.

- Я пришью ему новые ножки

Он опять побежит по дорожке.

9. “Один-много”

Цель: упражнять в умении ставить слова в форму множественного числа родительного падежа

Одно дерево – много ...

Одна пальма – много ...

Один крокодил – много ...

Одна обезьяна – много ...

Одна зверушка – много ...

Одно насекомое – много ...

4. ИНФОРМАЦИОННО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Используемая литература

1. Воробьева Т. А., Крупенчук О. И. Логопедические игры с мячом. – СПб.: «Литера», 2010. – 64 с.: ил. – (Серия «Уроки логопеда»).
2. Гомзяк О.С. Говорим правильно в 5-6 лет. Конспекты фронтальных занятий в старшей логогруппе.

3. Крупенчук О. И., Воробьева Т. А. Исправляем произношение: комплексная методика коррекции артикуляционных расстройств. - СПб.: «Литера», 2010. – 96 с.: ил. – (Серия «Уроки логопеда»).
4. Крупенчук О.И. Научите меня говорить правильно.
5. Нищева Н.В. Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи.
6. Репина З.А., Буйко В.И. Уроки логопедии.
7. Ткаченко Т.А. Звуки и знаки. Гласные. - Юнвес, 2001 г. - 24 с. (Серия «Подготовка дошкольников к чтению и письму»)
8. Ткаченко Т.А. Логопедическая тетрадь. Развитие фонематического восприятия и навыков звукового анализа. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2000.