

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №15 «Дюймовочка»
Старооскольского городского округа

Организация деятельности по формированию
здорового образа жизни у детей группы
компенсирующей направленности с тяжелыми
нарушениями речи
на логопедических занятиях

Подготовили:
учитель-логопед
Шмоткина А.И.,
воспитатели
Дятлова Т.В., Дорохина С.В.

1. Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №15 «Дюймовочка» Старооскольского городского округа. Учитель-логопед Шмоткина Анастасия Ивановна, воспитатели: Дятлова Татьяна Владимировна, Дорохина Светлана Владимировна.

2. Организация деятельности по формированию здорового образа жизни у детей группы компенсирующей направленности с тяжелыми нарушениями речи на логопедических занятиях.

Игровая форма проведения (групповая, подгрупповая, индивидуальная).

3. Старший дошкольный возраст (5-7 лет).

4. Количество детей 1-10.

5. **Цель:** использование здоровьесберегающих технологий в работе педагогов группы компенсирующей направленности, нацеленных на преодоление и профилактику речевых нарушений, выравнивание и сохранение психофизического развития детей.

Задачи:

- Развитие навыков общения, формирование фонетической стороны речи, обучение связной, грамматически правильной речи, подготовка детей к обучению в школе.

- Формирование правильного речевого дыхания.

- Ознакомление с простыми приемами по сохранению собственного здоровья.

- Коррекция недостатков моторного недоразвития.

6. Материалы и оборудования:

Артикуляционная гимнастика: зеркала по количеству детей, картинный материал.

Дыхательная гимнастика: вертушки, трубочки, мячики из пенопласта и ткани, ворота пластмассовые, бумажные салфетки, кусочки ваты.

Биоэнергапластика: речевой материал, схемы действий.

Су-джок терапия: су-джок шары по количеству детей и массажные кольца.

Кинезиологические упражнения: дидактические игры и упражнения.

Фонетическая ритмика: изображения букв, музыкальное сопровождение.

Физкультурные минутки: музыкальное сопровождение.

Зрительная гимнастика: наглядный материал (схемы), указка.

Массаж и самомассаж: картинный и речевой материал, зеркала по количеству детей.

Релаксация: музыкальное сопровождение, наглядный и речевой материал.

7. Описание используемых методов и приемов:

Артикуляционная гимнастика:

Цель: выработка правильных, полноценных движений и определенных положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков.

«Грибок» Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к небу.

Под высокою сосной

Мы грибок нашли с тобой.

Чтобы рос боровичок,

Подними вверх язычок.

«Блинчик» улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти.

Утром рано мы встаем,

Вкусные блины печем.

Ручейком по сковородке

Тесто растекается...

Посмотри, какой красивый

Блинчик получается.

«Вкусное варенье» улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху-вниз. Нижняя губа не должна обтягивать зубы.

Каждый раз по воскресеньям

Мы едим с тобой варенье.

Верхнюю губу вареньем

Мы намажем, а потом

Язычком широким сразу

Мы варенье облизнем.

«Дятел»

Рот широко открыт и слегка растянут в улыбке, язычок в форме «чашечки» поднят вверх: боковые края языка прижаты к верхним коренным зубкам, а передний край языка поднят за верхние передние зубы к альвеолам. Ребёнок говорит с придыханием Д-Д-Д или Т-Т-Т. Язык «прыгает на бугорках».

Дятел на суку сидит,

Дятел дерево долбит.



«Ёжик»

Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека- под верхней губой, левая щека- под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. Так "нарисовать" по 5- 6 кругов в одну и другую стороны.

У меня в иголках шерстка

И в норе запасов горка.

Лучше ты меня не трожь!

Я – колючий серый еж!

«Чистим зубы»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

Мягкой щеткою с утра

Чистит зубки детвора.

Будут зубки сильные,

Белые, красивые!

«Индюк»

Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед- назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения, постепенно убыстряясь, затем добавить голос, чтобы слышалось «БЛ-БЛ-БЛ». Следите, чтобы язык не сужался, он должен быть широким.

Я - индюк « балды-балда»

Разбегайтесь кто куда.

«Киска сердится»

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз»- выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

Рассердилась наша киска:

Ей забыли вымыть миску.

Ты не подходи к ней близко-

Поцарапать может киска!

«Качели»

Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

На веселые качели

Таня и Никита сели.

Опустились вниз качели,

А потом наверх взлетели.

Вместе с птицами, наверно,

Улететь они хотели.

«Маляр»

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

Стал язычок твой маляром,

Он будет красить старый дом:

Вперед-назад,

вперед-назад...

Ремонту каждый будет рад.

«Слоник»

Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на счет до пяти.

В гости к нам пришел слоненок,

Удивительный ребенок.

На слоненка посмотри,

Губки хоботком тяни.

«Месим тесто»

«Накажем непослушный язычок»

Улыбнуться, открыть рот, покусать язык зубами та-та-та...; пошлёпать язык губами пя-пя-пя...; закусить язык зубами и протаскивать его сквозь зубы с усилием.

Язычок твой – озорник,

Он не слушает тебя.

Накажи его скорее:

«Пя-пя, пя-пя, пя-пя-пя!»

«Часики»

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.

Ходит мятник в часах:

Влево - тик,

а вправо – так.

Ты сумеешь сделать так:

Тик и так, тик и так?

«Чашечка»

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

Будешь пить с друзьями чай

Ты из чашки новой.

Эту чашку показать

Ты сейчас пробуй!

«Улыбка»

Улыбнуться, показать сомкнутые губки. Удерживать губы в таком положении до счёта «пять» (до счёта «десять»), затем вернуть губы в исходное положение. Повторить 3-4 раза.

Подражаем мы лягушкам:

Тянем губы прямо к ушкам.

Мы потянем - перестанем

И нисколько не устанем.

«Заборчик»

Улыбнуться, обнажив верхние и нижние сомкнутые зубы.

Наши губки улыбнулись,

Прямо к ушкам потянулись.

Ты попробуй «И-и-и» скажи,

Свой заборчик покажи.

«Лошадка»

Улыбнуться, широко открыть рот, щёлкать языком громко и энергично. Стараться, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, и «прыгал» только язык.

Я - весёлая лошадка,

Тёмная, как шоколадка.

Язычком пощёлкай громко –

Стук копыт услышишь звонкий.

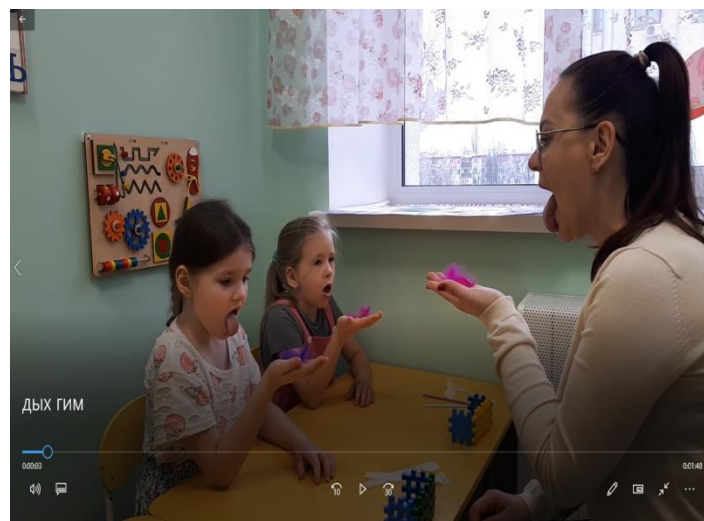
Дыхательная гимнастика:

Цель: формирование правильного речевого вдоха и выдоха.

Аэробол

Цель: формирование длительного речевого выдоха.

Ход: положите шарик в отверстие и плавно подуйте в трубочку так, чтобы шарик парил в воздухе.



Футбол

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: два кубика или карандаша, ватный шарик или легкий маленький мячик.

Ход игры. Из кусочка ваты скатайте шарик. Это мяч. Ворота – два кубика или карандаша – размещаются на столе для занятий.

Вариант № 1. Ребенок дует на «мяч», пытаясь «забить гол». Вата должна оказаться между кубиками.

Необходимо следить, чтобы ребенок при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Вариант № 2. Через несколько занятий усложните упражнение: пусть ребенок дует на шарик, положив распластаный язык на нижнюю губу. Воздушная струя должна проходить посередине языка. Под воздействием воздушной струи посередине языка образуется желобок. Упражнение хорошо подготавливает артикуляционный аппарат к вызыванию свистящих звуков.

Ветряная мельница

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: для этой игры необходима игрушка – мельница из песочного набора или вертушка.

Ход игры. Мельницу размещают на столе для занятий. Ребенок дует на лопасти игрушки

Пёрышко

Цель: формирование дыхательного аппарата.

Положите ребенку на ладонь перо. Предложить ребёнку дуть на него. Необходимо следить за тем, чтобы вдох делался только носом, а выдох – через сложенные трубочкой губы.

Биоэнергапластика:

Цель: усиление согласованной деятельности речевых зон, улучшение артикуляционной моторики.

«Качели» синхронизация движений ладоней и языка вверх и вниз.

«Часики» синхронизация движения ладоней вправо-влево совместно с движением языка.

«Кошка-катушка» язык за нижними зубами, ладони виде чашечки вниз, язык за верхними зубами, ладони виде чашечки вверх.

«Лошадка» на цоканье языка сжимаем кулаки.

«Дятел» рот открыт, улыбаемся, язык находится за верхними зубами, произносим звук д-д-д одновременно с этим сжимаем кулаки и стучим по столу.

«Улыбка-трубочка» улыбка одновременно с движением рук, показываем большой и указательные пальцы остальные сжаты с кулак, на слово «трубочка» все пальцы собираем вместе в виде уточки.

«Поцелуй» губы тянем вперед будто целуем, все пальцы вместе тянем вперед.

Су-джок терапия:

Цель: профилактика речевых нарушений посредством воздействия на биоэнергетические точки.

Массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладонками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

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

Я мячом круги катаю,
Туда - сюда 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.

Кинезиологические упражнения:

Цель: создание новых нейронных связей.

Фонарики «Фонарики зажглись» – пальцы выпрямить. Фонарики погасли – пальцы сжать в кулак.

«Фонарик погас – фонарик зажётся» - пальцы одной руки сжаты, а другой выпрямлены. Поменять положение рук.

а) левая рука касается стола ладонью, правая рука - тыльной стороной;
б) смена позиции. Теперь левая рука касается стола тыльной стороной, правая рука касается стола ладонью.

Создать угол- «крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом. Большие пальцы соединить по прямой линии. Получится треугольная «крыша» с «окном». Раздвинуть шире запястья, а локти прижать к туловищу. Получится «высокий дом».

Дом мы строим Выше, выше!

Есть окошки в нем

И крыша.

«Ежик» Добрый ежик жил под елкой, Пальцы сцеплены в замок. Проверял свои иголки, Чистил и точил, как ножик: Поочередно поднимать пальцы, начиная с мизинца. Защищаться должен ежик. Пошевелить сцепленными пальцами.

«Замок»

На двери висит замок

Кто его открыть бы смог? (Руки в замке)

Потянули, (Пальцы тянем, не разжимая)

Покрутили, (Вращаем руки, пальцы не разжимая)

Постучали (Стучим основанием ладоней)

И – открыли! (Руки разжимаются)

«Дом-ёжик-замок»

«Дом» – пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить.

«Ёжик» – поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой.

«Замок» – ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

«Зайчик-коза-вилка» Зайчик Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем. Коза Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони. Вилка Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

«Кулак - ребро – ладонь» Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на

плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды (кулак - ребро - ладонь).

«Ухо – нос» Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью наоборот».

Фонетическая ритмика:

Цель: развитие общей и мелкой, артикуляционной моторики и координации движений.

Вызываемые звуки и сопровождаемые их движения

Звук А.

Руки расположить перед грудью. В момент произнесения звука плавно и широко развести руки в стороны.

Звук О.

Руки разведены в стороны. В момент произнесения звука руки плавно соединяются над головой.

Звук У.

Руки расположены перед грудью, кисти «смотрят» друг на друга. В момент произнесения звука необходимо плавно вытянуть руки вперед (движения напряженные).

Звук Э.

Руки расположены на уровне плеч и вытянуты вперед; в момент произнесения звука необходимо медленно согнуть руки в локтевых суставах и направить к плечам.

Звук И.

Кисти рук расположить на уровне плеч. В момент произнесения звука напряженные руки поднять вверх.

Дифтонг ЙО (Ё).

Руки поднять вверх (как при вызывании звука И), затем округло опустить вниз (как при вызывании звука О).

Дифтонг ЙУ (Ю).

Руки вытянуть вверх (как при вызывании звука И), затем опустить вперед вниз (как при вызывании звука У).

Дифтонг ИЭ (Е).

Руки вытянуть вверх (как при вызывании звука И), затем опустить к плечам (как при вызывании звука Э).

Звук П.

Руки расположить перед грудью, пальцы сжать. Необходимо произнести слог ПА, при этом кулаки резко опустить вниз.

Звук Т.

Руки расположить перед грудью, пальцы сжать. В момент произнесения слога ТА, резко разжать кулаки.

Руки расположить на уровне груди, пальцы согнуть. В момент произнесения слога ДА выполнить кивок головой.

Звук Д.

Руки расположены перед грудью, ладони направлены к себе и вверх. В момент многократного произнесения слога ДА следует выполнить отряхивающие движения расслабленными кистями рук.

Звук Г.

Руки расположены перед грудью. В момент многократного произнесения слога ГА соединять большой и указательный пальцы рук

Звук М.

Руки согнуты в локтевых суставах, пальцы расположены на крыльях носа. В момент произнесения слога МА развести руки в стороны.

Звук Н.

Руки согнуты в локтевых суставах, ладони обращены к себе. В момент произнесения слога НА руки вытянуть вперед, после чего развести в стороны.

Звук Х.

Руки расположить на уровне груди, ладони развести от себя, локти опустить вниз. В момент произнесения звука Х необходимо медленно передвигать руки вперед (как будто отталкиваться).

Звук С.

Руки расположить на уровне груди, локти расставить в стороны, ладони внизу. В момент произнесения звука С выполнять движения руками вниз (как будто накачиваем с помощью насоса).

Звук Ш.

Руки расположить перед грудью, локти вниз, кисти рук «смотрят» от себя. В момент произнесения звука Ш выполнить волнообразные движения руками вниз.

Звук Ж.

Руки расположить перед грудью, локти вниз, кисти рук «смотрят» от себя. В момент произнесения звука Ж выполнить резкие волнообразные движения руками вниз.

Звук Р.

Руки согнуть перед грудью, кисти рук сжаты и «смотрят» друг на друга. В момент произнесения звука Р, выполнить вращательные движения руками (заводим мотор).

Звук Ц (ТС).

Руки расположить перед грудью, пальцы переплести. В момент произнесения звука пальцы рассоединяются и руки разводятся в стороны.

Звук Ч (ТШ).

Руки расположить перед грудью, кисти рук сжать. В момент произнесения звука пальца разжать вниз, после чего руки переместить перед собой (как будто появляется волна).

Физкультурные минутки:

Цель: повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечить кратковременных отдых во время занятий.

Телевизор, телевизор

Телевизор, те-те-те-те-телевизор

Дрыц-тыц, телевизор, дрыц-тыц, телевизор (хлопки в ладоши, руки перед грудью одна выше другая ниже, затем параллельно друг другу)

Дрыц-тыц, телевизор и два фиксика внутри! (хлопки, показ указательного и среднего пальца покачивание туловища).

Дрыц-тыц, телевизор, дрыц-тыц, телевизор

Дрыц-тыц, телевизор и два фиксика внутри!

Холодильник, холодильник (имитация открывания холодильника правой рукой)

Холодильник, ха-ха-ха-ха-холодильник

Дрыц-тыц, холодильник, дрыц-тыц, холодильник (хлопки, имитация открывания холодильника правой рукой)

Дрыц-тыц, холодильник и два фиксика внутри!

Дрыц-тыц, холодильник, дрыц-тыц, холодильник

Дрыц-тыц, холодильник и два фиксика внутри! (хлопки, имитация открывания холодильника правой рукой,

Кофемолка, кофемолка (вращающие движение рукой перед собой)

Кофемолка ,ка-ка-ка-ка-кофемолка

Дрыц-тыц, кофемолка, дрыц-тыц, кофемолка, (хлопки, вращающие движение рукой перед собой, показ указательного и среднего пальца покачивание туловища)

Дрыц-тыц, кофемолка и два фиксика внутри!

Дрыц-тыц, кофемолка, дрыц-тыц, кофемолка

Дрыц-тыц, кофемолка и два фиксика внутри!

Зрительная гимнастика:

Цель: профилактика зрения, формирование о необходимости заботы о своем здоровье.



Выполняется с помощью плаката-схемы. На ней стрелками показаны основные направления, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения упражнений: вверх-вниз, влево - вправо, по часовой стрелке и против нее, по траектории "восьмерки", Каждая траектория имеет свой цвет: № 1,2 –коричневый, № 3- красный, № 4- голубой, № 5- зеленый. Упражнения выполняются только стоя.

Массаж и самомассаж:

Цель: активизация кровообращения в области губ и языка.

Четыре массажных движения:

- 1) Поглаживание.
- 2) Растирание, разминание.
- 3) Вибрационные движения.
- 4) Снова поглаживание.



Движения для мышц лба

Умываясь, кот лохматый
Гладит лоб пушистой лапой
От серединки к ушкам,
Растущим на макушке.
А теперь мохнатой лапкой
Он стучит в другом порядке:
От ушек к середине лба
Туда-сюда, сюда-туда.
Вновь упрятав коготки,
Гладит лобик и виски.

Движения вокруг круговых мышц глаз от переносицы к вискам

Озорной мохнатый пёс
Потирает лапой нос:
После утренней прогулки
Пёсий нос совсем замёрз.

Трёт по кругу пяточок,
А затем потрёт бочок.
Отогрелся пёсий нос,
Несмотря на злой мороз.

Движения по мышцам щёк от крыльев носа к вискам

Жук усатый усики разглаживает,
Ровно и старательно их приглаживает.
С середины губ он ведёт игриво,
Чтоб лежали усики ровно и красиво.

Движения от середины подбородка к ушам

Козлик бородатый, с бородой играя,
Подбородок весело растирая,
По бородке ласково проводил,
К концу уха бороду выводил.

Релаксация:

Цель: умение расслабляться, снимать напряжение после занятий.

«Волшебный сон» Сейчас, когда я буду читать стихи, вы спокойно отдыхайте, закрыв глаза.

Внимание... Наступает «Волшебный сон»...(Формула общего покоя произносится тихим голосом, замедленно, с длительными паузами.



Отдельные фразы повторяются два-три раза с изменением логического ударения.)

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем...(Два раза.)

Сном волшебным засыпаем...

Дышится легко...равно...глубоко...

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают...засыпают...(Два раза.)

Шея не напряжена
И рассла-а-бле-на...
Губы не напряжены,
Приоткрыты и теплы. (Два раза.)
И послушный наш язык
Быть расслабленным привык. (Два раза.)
Напряженье улетело...
И расслаблено все тело...(Два раза.)
Дышится легко...равно...глубоко...(Длительная пауза.)
Выведение из «Волшебного сна»: Мы спокойно отдыхали, Сном волшебным засыпали... Громче, быстрее, энергичнее: Хорошо нам отдыхать! Но пора уже вставать! Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!

Используемые источники:

1. Анищенкова Е. С. "Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников".
2. Бушлякова Р. Г. Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой. - М.: Детство-Пресс, 2011.
3. Деннисон П.И., Деннисон Г.И. Образовательная кинестетика для детей: Базовое пособие по Образовательной Кинесиологии для родителей и педагогов, воспитывающих детей разного возраста: Пер. с англ. М.: Восхождение, 1998.
4. Микляева Н. В., Полозова О.А., Родинова Ю.Н. Фонетическая и логопедическая ритмика в ДОУ. - М., 2006.
5. Пожиленко Е. А. "Артикуляционная гимнастика: методические рекомендации по развитию моторики, дыхания и голоса у детей..." 2006.
6. Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. Кинезиологическая гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие / РГПУ. – Рязань, 2000.
7. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.