

Игры и упражнения по логоритмике для занятий воспитателей групп компенсирующей направленности с детьми с ТНР

Приемы массажа и самомассажа

В практике логопедической работы использование приемов самомассажа весьма полезно по нескольким причинам. В отличие от логопедического массажа, проводимого логопедом, самомассаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно. Кроме этого самомассаж можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, дневного сна, на релаксации (аутогенные тренировки). Самомассаж, может быть включен в непосредственно образовательную деятельность по коррекции речи, при этом приемы самомассажа, могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику.

Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять 5 - 10 мин. Каждое движение выполняется в среднем 3 - 6 раз. В один сеанс самомассажа может быть включено лишь несколько из предлагаемых приемов. Причем они могут варьироваться в течение дня.

Чтобы снять напряжение с лица, расслабить его, можно использовать так называемые самомассажи. Самомассаж органов дыхания так же как и артикуляционная гимнастика полезны перед началом занятий. Он доступен детям дошкольного возраста, особенно гигиенический, активизирующий нервные окончания, находящихся близко к коже и вибрационный - более глубокий. Начинать самомассаж полезно с гигиенического, а заканчивать вибрационным и упражнениями на дыхание.

Вибрационный массаж делается энергичным постукиванием, при этом активизируется работа нервных окончаний, заложенных глубже в толще кожного покрова. Вибрационный самомассаж эффективно выполнять перед началом фронтальных занятий - дети быстро организуются, повышается

эмоциональный настрой на занятие. В течение 2-4 минут происходит комплексный подход, позволяющий осуществлять развитие речевого дыхания, звучности голоса, мелкой моторики, мимических мышц. Дети всем телом чувствуют произносимый звук, вследствие чего происходит самоконтроль за выполнением упражнения.

Вибрационно-вокальные упражнения относятся к здоровосберегающим технологиям, так как повышают обменные процессы в клетках за счёт звуковой вибрации. Кроме того, звуковая вибрация позволяет улучшить микроциркуляцию в области лёгочных альвеол, стимулирует деятельность диафрагмы, улучшает отхождение мокроты, расслабляет мускулатуру бронхов, повышает эмоциональный тонус. Вибрационный массаж — это еще и своего рода настройка голоса. Во время проведения вибрационного массажа включаются верхняя (черепная коробка, полость носа и рта) и нижняя (грудная полость) системы резонаторов, которые усиливают и обогащают звучание голоса.

Вибрационный (постукивающий массаж) «Пчелиный улей»

Упражнение 1. Лёгкие постукивающие движения по голове со звуком м-м-м Повторить 4-браз. (Мёду надо)

Упражнение 2. Постукивающие движения по носу и гайморовым пазухам со звуком н-н-н-н (

Упражнение 3. Постукивать кончиками пальцев одной руки верхнее надгубное пространство и одновременно вслух «тянуть» звук в-в-в-в.

Упражнение 4. Постукивать кончиками пальцев одной руки нижнее надгубное пространство и одновременно «тянуть» звук з-з-з-з (голодные пчёлки).

Упражнение 5. Постукивать кулачками одной или обоими руками по верхней части грудной клетки и одновременно «тянуть» звук ж-ж-ж.

Упражнение 6. Наклон вперёд стучим по спине со звуком р-р-р-р.

Гигиенический массаж выполняется поглаживанием, при этом активизируются расположенные близко к коже нервные окончания. Этот

массаж выполняет двойную роль: он снимает напряженность и скованность лицевых, мимических мышц речевого аппарата, мышц рук, шеи и усиливает тонус этих мышц, если они вялые и слабые.

Самомассаж вызывает умеренное расширение периферических кровеносных сосудов и оказывает благотворное влияние на нервную и другие системы организма.

Самомассаж лица (гигиенический).

Упражнение 1. «Рисуем дорожки» Движения пальцев от середины лба к вискам.

Упражнение 2. «Рисуем яблочки» Круговые движения пальцев от середины лба к вискам.

Упражнение 3. «Пальцевой душ» Лёгкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.

Упражнение 4. «Нарисуем усы» Движения указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта.

Упражнение 5. «Наденем очки» Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.

Упражнение 6. «Испечём блинчики» Похлопать ладошками по щекам.

Игра на музыкальных инструментах

Развитие чувства ритма – это развитие способности активно переживать музыку, чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно воспроизводить его. Это такая музыкальная способность, без которой практически невозможно качественное исполнение никакой музыкальной деятельности, будь это песня, игра на инструменте, восприятие или сочинение музыки.

Развитие ритмической способности у детей занимает особое место в их жизни и способствует развитию всего комплекса музыкальных способностей, обогащает эмоциональный мир детей, развивает речевую и двигательную активность.

Выбор музыкальных инструментов достаточно широк: ложки, колокольчики, металлофоны, бубны, маракасы, трещотки, треугольники, барабаны, там-тамы, тарелки и мн. др.

Логораспевки в логоритмике

Проведенный анализ современных технологий выявил, что логоритмические игры-распевки, разработанные Т. С. Овчинниковой, Н. В. Нищевой, музыкальные логоритмические игры Е. Железновой - самые эффективные.

Логоритмические игры-распевки – это короткие стишки-чистоговорки для пропевания и проигрывания. Тексты песенок вызывают у детей интерес, создают радостное настроение, впечатления делают эмоционально богаче, помогают легче преодолеть комплексы и речевые нарушения. Способствуют развитию звукообразования, дикции, дыхания, развивающие артикуляционную моторику, формируют коммуникативные способности детей с нарушениями речи.

При разучивании логоритмических игр-распевок рекомендовано соблюдать следующие этапы работы:

1. Первичное восприятие рифмовки, музыкально- игрового упражнения.
2. Проговаривание текста, совместное со взрослым пение (подпевание, выполнение движения по показу педагога.
3. Самостоятельное (*совместно со взрослым*) воспроизведение рифмовки, музыкально-игровых упражнений в нужном ритме.

Перечисленные этапы работы могут быть реализованы как на одном занятии, так и на серии занятий в зависимости от поставленных задач.

Примеры логоритмических игр- распевок:

Осень

Осень, осень к нам пришла,

Дождь и ветер принесла.

Кап – кап – кап.

Пожелтел зеленый сад

Листья кружатся, шуршат

Шу – шу – шу.

Мухоморчики

Мы грибочки не простые

Мухоморчики лесные.

Наши ножки топ – топ,

Наши ручки хлоп – хлоп.

Звери

Зайка скачет по кусточкам,

По болоту и по кочкам.

Белка прыгает по веткам,

Груб несет бельчатам-деткам.

Ходит мишка косолапый,

У него кривые лапы.

Без тропинок, без дорожек

Катится колючий ежик.

Крашу карниз

Краской крашу я карниз: вверх-вниз,вверх-вниз,

Вот и выкрашен карниз: вверх-вниз,вверх-вниз.

Качаем малыша

Кукла Катя спать пошла. Я спою ей: "А-а-аааа".

Кукла Катя, засыпай: "Баю-ба-ай, баю-бай

Самолет

Самолет летит, самолет гудит

У-У-У-У Я лечу в Москву.

Релаксационные упражнения

Выполнение релаксационных упражнений способствует успокоению, ребёнок становится уравновешенным, а также позволяет ребенку отдохнуть после физической и умственной деятельности. В результате ребенок лучше владеет собой, контролирует свои чувства и эмоции, свои действия. Релаксационные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние.

Для начала необходимо удобно лечь: давайте немного отдохнём, послушаем музыку. Представьте, что ваше тело лёгкое, как крылья мотылька, закройте глаза, представьте свою маму, представьте, что она смотрит на вас, а вы смотрите на неё. Ложимся на коврики *(вкл. музыка)*:

- Маме в ладони лицом я уткнусь,
Горем и радостью с ней поделюсь.
Звездочек – глаз нет в мире добрей,
Нету красивее мамы моей!
Глаза голубые у мамы моей,
А небо над ними ещё голубей.
Оно голубое, как тысячи глаз,
Мы смотрим на маму, а мама – на нас.

- Открывайте глаза. Потянитесь лёжа. Медленно садитесь. Потянитесь сидя. Медленно вставайте. Потянитесь. Уроните руки.