

Упражнения, регулирующие мышечный тонус ФОНАРИ

Цель. Формировать умение регулировать тонус мышц рук.

Описание. По команде взрослого «Вечер» дети-фонари из положения стоя поднимают напряженные руки в стороны (кисти в кулаках) и удерживают их в таком положении несколько секунд до команды «Утро», по которой дети опускают расслабленные руки вниз вдоль туловища.



НЕЗНАЙКА

Цель. Формировать умение регулировать тонус мышц шеи и верхнего плечевого пояса.

Описание. Поднять плечи как можно выше, а затем свободно опустить их вниз.

Пальчиковая гимнастика

На двери висит замок. (соединить пальцы обеих рук в замок)

Кто его открыть бы мог?

(пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны)

Постучали,

(не расцепляя пальцы, постучать ладонями друг о друга)

Покрутили, (покрутить сцепленные руки в запястьях)

Потянули и открыли

(пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны)

Координация речи с движением (можно использовать как физминутки)

Цель: сформировать умения подражательных действий в сочетании с речью, ориентироваться на общий ритм движений, воспроизводить движения по образцу и моделировать действия по аналогии.

Шофер

Качу, лечу

Во весь опор.

Я – сам шофер

И сам – мотор.

Нажимаю на педаль –

И машина мчится вдаль.

Дети бегут по кругу и крутят воображаемый руль.

Останавливаются, нажимают правой ногой на воображаемую педаль и бегут в противоположную сторону.

Машина

машина, машина вперед бежит би,би, би, би,би,би

в машине, в машине шофер сидит би,би, би, би,би,би

вот речка, вот поле, вот лес густой би,би, би, би,би,би

приехали, детки, машина. стой би,би, би, би,би,би

Самолет

Руки в стороны – в полет Дети бегут на носочках по кругу,

Отправляем самолет. —расставив руки в стороны

Правое крыло вперед, Поворот через правое плечо

Левое крыло вперед, Поворот через левое плечо
Полетел наш самолет. Бегут по кругу, расставив руки в стороны.



ГБОУ СО «Серовская школа №2»

Элементы логоритмики на групповых коррекционных занятиях с детьми ЗПР младшего школьного возраста (памятка для педагогов)



Составитель:
учитель-логопед Власова С.В.
г. Серов, 2025 г.

Логоритмика (логопедическая ритмика) — система упражнений, заданий и игр на основе сочетания музыки, движения и слова

Цель логоритмики- (логопедической ритмики) — коррекция речевых нарушений у детей через сочетание речи, музыки и движения.

Развитие фонематического слуха

«Поймай нужный звук хлопком». Инструкция: Если услышишь звук [к] в слове - хлопни в ладоши.

«Придумай слова на заданный звук». Для начала лучше давать только гласные звуки (а, о, у, и) – арбуз, обруч, улитка, иголка и т.п. Затем согласные (р, с, ш, л, п, б и т.п.)

«Определить место звука в слове». Определи, где: в начале, в середине, в конце слова мы слышим звук [К] в словах: крот, морковь, кулак, носок. . .

Развитие артикуляционной моторики

Артикуляционная моторика



Лыбочка

Лопаточка

Трубочка

Чашечка



Парус

Грибок

Чашечка

Вульва

Развитие дыхания

«БАБОЧКА!»

Цель: развитие длительного плавного выдоха. Запорхали бабочки, полетели высоко, полетели далеко, полетели легко! Носиком вдыхаем глубоко, губы трубочкой – вытягиваем вперед. Выдох! Покажи, как?! Следим за тем, чтобы при вдохе рот был закрыт.



ВОЛШЕБНЫЕ ПУШИНКИ»

Цель: формирование правильной, непрерывной воздушной струи. Предлагаем детям создать настоящую бурю! Кладем на ладошку пушинки ваты, конфетти. Глубокий вдох носом, выдох – губки выдвинуты вперед.



«КТО ДАЛЬШЕ?!»

Цель: укрепление круговой мышцы рта; тренировка навыка правильного дыхания; формирование углубленного ритмичного выдоха. Ребенок дует на шарики из цветной бумаги на расстоянии 10-15 см. При этом важно следить, чтобы ребенок стоял прямо и дул, используя один длинный выдох, не добавлял воздух порциями.



Развитие мимики

Раздувать ноздри – «Мы нюхаем». Втягиваем ноздри, делаем глубокий вдох носом. Плечи при вдохе не поднимаются. Повторяем упражнение 3-5 раз.

Мы увидели пион,
Как чудесно пахнет он!
Воздух носом втянем дружно,
Нам цветок понюхать нужно.

«Худышки». Учимся втягивать щеки. Повторяем упражнение 3-5 раз.

На ветвях висит мартышка.
Не мартышка, а худышка!
Не хватает ей продуктов –
Сладких, сочных, спелых фруктов.

«Мы подмигиваем». Закрывать один глаз, затем другой. Поочередно закрывать глаза. Повторяем упражнение 3-5 раз.

Как хитрющий рыжий кот,
Поморгаем мы. Вот! Вот!
Левый глаз! Правый глаз!
Получается у нас!



