

Использование логоритмических упражнений в режимных моментах

Современная жизнь ставит новые проблемы перед педагогами в детском саду. Они порождены новой социально-культурной ситуацией: слабое физическое здоровье детей, неблагополучие внутри семей и дефицит общения со взрослыми, экологические катастрофы, чрезмерное загрязнение города вредными для здоровья детей шумами, которые разрушающе действуют на психику и многое другое. Стоит заметить, что с каждым годом увеличивается количество детей со сложными речевыми расстройствами, для устранения которых требуется комплексное воздействие педагогов, логопедов и музыкальных руководителей дошкольных учреждений. Исходя из этого, было решено адаптировать модель логоритмики к традиционной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, дополнив тем самым её содержание.

Логоритмика – это система музыкально - двигательных, речедвигательных, музыкально - речевых заданий и упражнений, она основана на использовании связи слова, музыки и движения.

Музыкально-ритмические движения развивают внимание, ориентировку в пространстве, координацию движений, чувство ритма, речеслуховую память, помогают выработке правильного дыхания.

Музыка, движение и слово в логоритмике упорядочивают двигательную сферу ребёнка, его деятельность, положительно влияют на личность. Важно то, что бы у ребёнка эти процессы нормализовались неосознанно, естественно.

Музыкальная логоритмика позволяет решить следующие задачи:

- укрепить костно-мышечный аппарат;
- изменить общую реактивность организма;
- способствует формированию двигательной активности;
- способствует формированию пространственно-временных представлений;
- развивает способность произвольно передвигаться в пространстве;

Музыкальная логоритмика имеет большое значение для:

- развития темпа и ритма речевого дыхания;
- укрепления мимической мускулатуры;
- формирования фонематической системы;
- развития темпо-ритмических и мелодико-интонационных характеристик речи;
- умения сочетать движения и речь, т. е. подчинять их единому ритму.

Много радости и восторга приносят детям ритмические движения и танцы. Не имеет особого значения и возраст детей. Малыши особенно любят ритмичные движения под музыку, к тому же у них ещё нет чувства застенчивости, как у старших детей.

Танцы, ритмичные движения – физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму.

Ритмичные и плавные движения усиливают приток крови к легким – они полнее насыщаются кислородом. Сердце работает ритмичнее, активно подавая кровь ко всем органам, доставляя кислород, питательные вещества и полнее забирая вредные продукты обмена. Нагрузка на мышцы живота нормализует работу кишечника и желудка. Движения укрепляют сон лучше, чем любое снотворное.

Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями имеют значение и для умственного развития детей. На занятиях ребенок занимается ритмопластикой в коллективе, а это способствует развитию у детей организованности, дисциплины, ответственности, взаимовыручки, внимательного отношения к окружающим, самостоятельности.

Пальчиковые игры, которыми мы занимаемся на музыкальных занятиях в младших группах можно включить в режимные моменты. Кончики пальцев – есть второй головной мозг. В жизнедеятельности человека рука играет важную роль на протяжении всей его жизни. Дотрагиваясь до чего-либо рукой, человек сразу же узнает, что это за вещь. Работа пальцев рук действительно бесконечно разнообразна и важна для каждого человека. Пальцами можно трогать, брать, поглаживать, зажимать. Невозможно перечислить все глаголы, описывающие все, что можно делать нашими руками, пальцами.

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Формирование словесной речи ребенка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, то при наличии речевого дефекта у ребенка особое внимание необходимо обратить на тренировку его пальцев.

Таким образом, роль стимула развития центральной нервной системы, всех психических процессов, и в частности речи, играет формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук. Упражнения с младшими дошкольниками необходимо выполнять в медленном темпе от 3 до 5 раз сначала одной рукой, затем другой, а в завершение — двумя руками вместе. Указания ребенку должны быть спокойными, доброжелательными и четкими.

Для примера: попевка для пальчиковой гимнастики: «Я хочу построить дом»

"Я хочу построить дом".

Я хочу построить дом, (Соединяют пальцы обеих рук над головой в виде крыши).

Чтоб окошко было в нём, (Соединяют пальцы обеих рук перед собой в виде прямоугольника).

Чтоб у дома дверь была, (Соединяют обе ладошки ребром к ребру).

Рядом чтоб сосна росла, (Качают над головой обеими руками с растопыренными пальцами).

Чтоб вокруг забор стоял, (Соединяют пальцы обеих рук перед собой, как бы обнимая большой мяч).

Пёс ворота охранял, (Большой палец правой руки поднимают вверх, мизинцем двигают вверх-вниз ("собачка лает").

Чтоб на травке жил жучок, (Пальцы правой руки "бегают" по левой руке).

Бегал быстрый паучок, (Пальцы левой руки "бегают" по правой руке).
Солнце было, (Соединяют руки ладошками вперёд, растопырив пальцы).
Дождик шёл, (Прясут пальцами обеих рук).

Чтоб тюльпан в саду расцвёл, (Соединяют руки в виде чашечки).
Чтоб флажок на доме был, (На кулачок левой руки поставить ребро
правой ладони,

покачать из стороны в сторону).

А за домом ёжик жил. (Выпрямленные пальцы левой руки просунуть между
пальцами
правой).

Речевая игра, и зарядка по утрам.

Музыкальный руководитель включает песенку в записи и предлагает повторять
все движения за ним.

"Танец червяков"

Хоть у нас есть две руки, (Вытягивают руки вперёд, поворачивая ладошки вверх-
вниз).

Две руки, две руки,
Мы совсем как червяки,
Совсем как червяки.

И у нас уже готов, (Соединяют руки в "замок" над головой,
Уж готов, уж готов выполняют наклоны в стороны).

Новый танец червяков,
Танец червяков.

Будем хвостиком вилять, (Шевелят обеими ладошками за спиной вниз,
Всё вилять и вилять, поворачивая туловище влево, вправо.
Извиваться, приседать, + приседают).

Немножко приседать.

Руки можем раскачать, (Машут руками вперёд-назад поочередно).
Раскачать, раскачать,

Ножкой можем помахать, (Прыгают, выбрасывая поочередно ноги вперёд).
Можем помахать.

Пальчиками поболтать, (Прясут обеими кистями рук перед собой).
Поболтать, поболтать,

Каблучками постучать, (Попают поочередно ногами).
Немножко постучать.

Носиками помотать, (Поворачивают голову влево, вправо).
Помотать, помотать,

Головами покивать, (Кивают головой).
Можем покивать.

И ещё одним из важных элементов для развития ребёнка является игровой
массаж, который тоже можно включить в режимные моменты в группах.
Игровой массаж

Музыкальный руководитель предлагает воспитателям сесть на стульчики "паровозиком" и сделать друг другу массаж. Затем можно повернуться в другую сторону и повторить массаж.

"Капуста"

Мы капусту рубим, рубим. (Стучат по спине рёбрами ладоней).

Мы морковку трём, трём. (Прут спину кулачками).

Мы капусту солим, солим. ("Бегают" пальчиками по спине).

Мы капусту жмём, жмём. ("Жмут").

Со капустный пьём, пьём. (Гладят спину).

Пальчиковые игры проводятся чаще всего под музыку - как попевки, песенки, сопровождаются показом иллюстраций, пальчикового или теневого театра. Особое место занимают «пальчиковые сказки»- знакомые дошкольникам - «Рукавичка», «Перемох», «Колобок» и др., которые проигрываются при помощи пальчикового театра.

Регулярное включение в ход занятия музыкальных пальчиковых игр и сказок; стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей; совершенствует внимание и память; формирует ассоциативно-образное мышление; облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма.

Можно также изобразить персонажи сказки самим малышам, это и зарядка для мозга и развитие артистизма и коммуникации.

Логоритмические занятия сегодня могут заинтересовать многих, так как являются интегрированными по своей сути, а этот фактор так важен в рамках внедрения современных федеральных государственных образовательных стандартов требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Логоритмические упражнения в режимных моментах включают целый комплекс здоровьесберегающих технологий:

- **дыхательная гимнастика** (упражнения, которые формируют правильное речевое дыхание (короткий вдох и длинный выдох) и тренируют силу вдоха и выдоха);

- **артикуляционная гимнастика** (упражнения, способствующие тренировке мышц речевого аппарата);

- **игровой массаж** (выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшает циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека);

- **пальчиковые игры** (упражнения с пальчиками и ладошками, развивающие речь ребенка, общую и мелкую моторику, благоприятно влияющие на все функции организма);

- **речевые игры** (песенки, сопровождающиеся движениями и звучащими жестами, которые эффективно влияют на развитие эмоциональной выразительности речи, двигательной активности, ориентации в пространстве, слухового внимания, чувства ритма, музыкальной памяти, творческой фантазии и воображения, расширяют словарный запас);

- **сказки-шумелки** (игра на шумовых и музыкальных инструментах способствует развитию слухового восприятия, мелкой моторики, формирует навыки сотрудничества и сотворчества);
- **коммуникативные игры** (музыкально-ритмические движения с непосредственным контактированием с партнёром развивают навыки общения, разрешения конфликтных ситуаций, установление контакта);
- **музыкотерапия** (слушание правильно подобранной музыки с выполнением, психогимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание).

Дыхательная гимнастика.

Музыкальный руководитель исполняет попевку и объясняет на какие слова нужно вдыхать и выдыхать воздух носом. Затем воспитатели выполняют движения самостоятельно. Все дыхательные упражнения повторяются по 4 раза с перерывом в 3-5 секунд.

"Ладошки" (руки согнуты в локтях, локти опущены, ладошки развёрнуты вперёд).

Ладушки-ладошки,

Звонкие хлопошки.

Мы ладошки всё сжимаем,

Носом правильно вдыхаем.

Как ладошки разжимаем,

Пу свободно выдыхаем.

На слова каждой строчки выполняют хватательные движения ладошками (сжимают их в кулачки, одновременно с движениями шумно шмыгают носом. Сразу после короткого вдоха ладошки разжимаются, выдох уходит самостоятельно. Активный вдох – пассивный выдох.

Артикуляционная гимнастика.

Музыкальный руководитель делит присутствующих на две команды – "Снеговички" и "Сосульки". Затем исполняет песенку и объясняет каждой команде, какие мимические движения надо делать на те или иные слова. Со следующим исполнением песни участники выполняют движения самостоятельно.

"Снеговички и Сосульки"

Вот Сосульки зимой удивились: (Смотрят, подняв брови и широко раскрыв глаза).

"Ах, какие же вы толстячки!"

Но на них Снеговички рассердились: (Хмурят брови, смотрят сердито).

"Не такие уж мы толстячки!"

А Сосульки ещё больше удивились: (Округляют рот буквой «о», поднимают брови).

"О, да вы ещё и сердиты!"

Снеговички ещё больше разозлились: (Вытягивают губы трубочкой, сводят брови).

"У-у-у! Мы действительно сердиты!"

Пу Сосульки свой сморщили нос: (Морщат нос, произносят слова с недовольством).

"Разговаривать с вами не будем!"

А Снеговички скривили свой рот: Кривят уголки рта, изображая возмущение.

"Мы играть с вами тоже не будем!"

Отвернулись друг от друга Толстячки и Худышки, насупились. Но ведь всем известно, что врозь-то жить скучно. Повернулись они друг к другу, подошли, обнялись и улыбнулись. Добро и дружба всегда побеждают!

. Сказка-шумелка.

Музыкальный руководитель раздаёт всем присутствующим роли и шумовые инструменты, предлагает поставить музыкальную сказку

Коммуникативная игра.

Музыкальный руководитель предлагает встать воспитателей парами по кругу, объясняет описание движений без музыки, затем игра проводится под музыку и пение музыкального руководителя.

"Побежали, побежали"

Побежали, побежали парами скорей, (Бегут боковым галопом, сцепив руки "лодочко").

И друг другу погрозили: (Грозят друг другу пальцем правой руки).

"Ссориться не смей!"

Хлопнули в ладоши, (Хлопают в ладоши один раз).

Крепко обнялись, (Обнимаются).

Пару поменяли (Стоящие за кругом перебегают боковым галопом к следующему партнёру вправо по кругу).

И за руки взялись. (Берутся за руки).

Игра повторяется несколько раз с постоянным ускорением.

Музыкотерапия.

Музыкальный руководитель предлагает лечь всем на ковёр и расслабиться под неторопливую "сказочную" песенку. Движения выполняются согласно тексту.

"Тихо, тихо"

Тихо, тихо, будто в сказке,

Мы на коврике лежим.

Все закроем наши глазки,

И представим, что мы спим.

Сон нам снится, будто в море

Мы на корабле плывём,

И на солнечном просторе

Волны плещут за бортом.

Чайки кружат в небе синем

Среди белых облаков.

По волнам плывут дельфины,

Нам желают сладких снов.

Но конец приходит сказке.

Просыпаться нам пора.

Открываем свои глазки,

Поднимаемся с ковра.

Скажем мы "Спасибо!",

*Скажем "До свиданья!",
Повернёмся друг за другом
И помашем на прощанье.
Под музыку все идут по кругу, машут рукой влево-вправо.*