

ЛОГОРИТМІКА – КОРИСНО ТА ЦІКАВО

*Юлія Рібцун, к.пед.н., с.н.с. відділу логопедії
Інституту спеціальної педагогіки і психології
імені Миколи Ярмаченка НАПН України*

Рух, ритм, музика, слово є основними складовими логоритміки, адже саме вони допомагають здійснювати психоемоційний, музично-ритмічний, лікувально-оздоровчий, компенсаційний, соціально-реабілітаційний, естетичний і виховний вплив на особистість дошкільника. Як і будь-який вид діяльності, логоритмічні заняття передбачають увідну, основну та заключну частини, кожна з яких містить окремі види вправ. *Увідна частина* складається з вправ у різних видах ходьби та бігу (поодинці, парами, групою, по колу, шикування у шеренги, колони). *Основна частина* логоритмічного заняття передбачає виконання вправ на розвиток дихання, голосу та артикуляції, на регуляцію м'язового тону, на активізацію уваги (зорова, слухова, моторна), на розвиток чуття музичного темпу (плески, змахи, удари в барабан тощо), ритмічних вправ (з опорою на ритмічні еталони), вправляння у грі на музичних інструментах, спів, музичну самостійну і творчу діяльність. *Заклучна частина* містить релаксаційні вправи для зняття психофізичного та емоційного напруження, рефлексію проведеної роботи.

Пропонуємо конспект підгрупового заняття з логоритміки в середній віковій групі.

Малята-здоров'ята

Програмовий зміст:

Удосконалювати вміння піклуватися про своє здоров'я, бачити унікальність кожної людини.

Уточнити знання назв частин тіла та їх призначення.

Вправляти у різних видах ходьби та бігу, вмінні доволіно змінювати стан м'язового тону.

Удосконалити вміння узгоджувати рухи з мовленням.

Виробляти плавний, тривалий і цілеспрямований ротовий видих, швидко і точно моторну реакцію на зорові та слухові подразники у ході виконання вправ,

координацію слуху та голосу під час співу.

Сприяти нормалізації діяльності периферійних відділів мовленнєвого апарату.

Диференціювати ротовий і носовий видих, антонімічні пари самостійних частин мови (вгорі – внизу, праворуч – ліворуч, гучно – тихо; стояти – бігти; лівий – правий).

Закріпити навички вимови голосних звуків із різною висотою, силою голосу, емоційним навантаженням.

Розвивати слухову, зорову та рухову увагу та пам'ять, загальну, ручну, дрібну, мімічну, артикуляційну моторику, відчуття рівноваги, зорово-моторну орієнтацію у схемі власного тіла та у просторі, основні мисленнєві операції (аналіз, порівняння, конкретизація, класифікація, узагальнення), руховий, слуховий і зоровий контроль, інтегративну діяльність аналізаторів, міжпівкульну взаємодію, ритмізоване зв'язне мовлення, емоційно-вольову сферу, творчі здібності.

Виховувати навички особистої гігієни, вміння виконувати правила безпечної поведінки.

Обладнання: подушечки, індивідуальні дзеркальця за кількістю дітей; предметні зображення на позначення артикуляційних вправ (сонце, банка меду, зубна щітка, гребінець, посмішка); аудіозаписи маршової та розслаблюючої музики.

Хід заняття:

Увідна частина

Ходьба та біг, вправа на відчуття музичного темпу

Діти під закличку забігають до зали:

Вас, малята-здоров'ята,
Я запрошую пограти.
Зможете ви розказати,
Що про тіло треба знати
І усім розповісти,
Як здоров'я зберегти?

(Юлія Рібцун)

Педагог допомагає дітям стати в коло, стає разом з ними. Діти під ритмічну

музику, крокуючи, спряжено з педагогом промовляють слова:

Гей, погляньте гарно як
Ми по колу ходимо.
(Спокійна ходьба)
Нумо, дружно всі, малята,
Так, ось так ми зробимо.
Так, так, ось так!

(Юлія Рібцун)

(Слова повторюються, а вид ходьби змінюється: 1) марширування по колу, 2) ходьба по колу з високим підніманням колін, 3) ходьба по колу боковим кроком)

Спритні наші ніжки
Бігли по доріжці.
Ось так, ось так
Бігли по доріжці.
(Прискорений біг по колу)
Бідні наші ніжки
Притомились трішки.
Ось так, ось так
Притомились трішки.
(Уповільнений біг)
Спритні наші ніжки
Присіли край доріжки.
(Присідають навпочіпки)
Ось так, ось так
Сіли край доріжки.
(Сідають на подушечки)

(Юлія Рібцун)

Основна частина

Вправи на розвиток дихання, голосу та артикуляції

Педагог промовляє слова заклички:

Тож, малята-здоров'ята,
І дівчата, і хлоп'ята,
Щоб здоровими нам бути
І про втому всім забути
Так доцільно нам зробити:
Побігати і відпочити.

(Юлія Рібцун)

Діти виконують дихальні вправи, повторюючи кожну по 5-6 разів. Педагог нагадує про важливість дихання для мовлення та правильної роботи всього організму.

1) «Легкий вітерець». Підняти голову вгору, носом зробити плавний вдих. Опустити голову на груди, здійснити тривалий видих через ніс.

2) «Диво-носик». Вільне глибоке плавне дихання, за сигналом педагога затримати дихання на 3-5 с, за повторним сигналом відновити вільне дихання.

3) «Я расту». Під лічбу «раз-два» встати, піднятися навшпиньки, руки через сторони підняти вгору, потягнутися, зробити глибокий вдих через ніс; під лічбу «три-чотири» руки донизу; згинаючи ноги в колінах, нахилитися вперед, зробити тривалий видих через рот.

Діти виконують голосові вправи, супроводжуючи їх відповідними рухами та емоціями, поясненнями та показом педагога. Віршовані рядки промовляє педагог, як підсумок виконання кожної із вправ з метою підкреслення важливості турботи про своє здоров'я.

1) «Загартування». Імітувати обливання себе водою та розтирання тіла рушником із промовлянням: «**А, а, а!**» (*уривчасто, радісно*)

Гартуватись слід звикати,
Прохолодний душ приймати.

(Юлія Рібцун)

2) «Смакота». Виконувати плавні колові рухи по животу, промовляючи «**О-о-о...**» (*протяжно, розслаблено, задоволено*)

Корисне треба їсти, діти,

Щоб, зростаючи, радіти.

(Юлія Рібцун)

3) «Ой, болить у мене зуб». Триматися за обидві щоки, похитувати головою зі сторони в сторону, вимовляючи: «**У-у-у!**» (*протяжно, жалісно, поступово нарощуючи силу звуку*)

Хто за зубами доглядає,
Той посмішку щасливу має.

(Юлія Рібцун)

4) «Не хочу!». Скривитися, робити рухи зігнутими руками від себе, вимовляючи: «**Е-е-е!**» (*гучно, уривчасто*)

Знайте: корисний часник
Від мікробів рятівник.

(Юлія Рібцун)

5) «Не буду спати». Голову схилити на бік, покласти обидві долоньки під щоку, імітуючи сон, а згодом заперечливо хитати головою та розмахувати руками, вимовляючи: «**И-и-и...**» (*ниючи, одноманітно*)

Пізня вже годинка.
Чом не спиш, дитинко?

(Юлія Рібцун)

6) «Боюсь!». Дрібний біг на місці, хаотичні рухи руками, зажмурити очі, промовляючи: «**І-і-і!**» (*тоненько, з вереском*)

Робить лікарка уколи.
Ви не бійтесь їх ніколи.

(Юлія Рібцун)

Діти виконують артикуляційні вправи під лічбу. Педагог показує предметне зображення, дитина називає його, розповідає відповідну віршовану мініатюру, всі разом виконують вправу. При потребі у якості зорової опори використовують індивідуальні дзеркальця.

1. «Сонечко» Широкий язик висунути, розслабити, покласти на нижню губу. Слідкувати, щоб язик не дрижав. Утримувати у такому положенні 10-15 с.

Язык сонце полюбляє
І на губці засмагає.
Він розслаблено лежить,
Засмагає, не дрижить.

(Юлія Рібцун)

2) «Солодкий мед». Висунути широкий язик, облизати верхню губу і сховати язик вглиб рота. Повторити 15 разів.

Щоб хвороб не знати,
Треба мед вживати.
Облизав язик губу:
«Ой, як я медок люблю!»

(Юлія Рібцун)

3) «Зубна щіточка». Рот трохи відкрити. Посміхнутись, показати зуби. Кінчиком язика водити зі сторони в сторону так, щоб він рухався по яснах. Слідкувати, щоб щелепа та губи залишалися нерухомими.

Знають всі на світі люди,
Що потрібно чистить зуби.

(Юлія Рібцун)

4) «Гребінець». Посміхнутись, закусити кінчик язика. Рухати язиком уперед-назад, наче «причісуючи» його зубами.

Язичок я зубками прикушу,
Язичок я зубками причешу.

(Юлія Рібцун)

5) «Посмішка». Рот трохи відкрити. Посміхнутись, губи розтягнути так, щоб були видні верхні зуби. Утримувати таке положення під лічбу 10-15 с.

Добрий настрій як зробити?
Просто слід всьому радіти.

(Юлія Рібцун)

Вправа на активізацію уваги

Педагог промовляє слова заклички:

Ви, малята-здоров'ята,
Хочете у гру пограти?
Правильно щоб показати
Все, що буду називати,
Дзеркальцями треба стати.

(Юлія Рібцун)

Почергово ритмічно показує на частини тіла, називаючи їх (голова, вуха, ніс, щоки, губи, шия, груди, живіт, руки, лікті, пальці, ноги, коліна). При цьому припускається навмисних помилок при називанні. Діти перетворюються на дзеркальця і показують відповідні частини тіла на собі, називаючи їх правильно.

Спочатку вправа виконується у повільному, а потім у прискореному темпі. Можна називати частину тіла, а потім показувати на собі, чи навпаки. Парні частини тіла можна називати по одному чи по два. Ускладненням вправи може бути дзеркальне виконання, коли, наприклад, педагог піднімає праву руку, а діти мають підняти ліву.

Ритмічна вправа і спів

Діти співають пісеньку Наталії Май «Дощик» («Пісні для дітей», music.i.ua), супроводжуючи спів рухами. Педагог слідкує за правильною поставою та диханням дошкільнят.

Діти, поклавши руки на пояс, в такт музики виконують легкі присідання, одночасно роблячи нахили головою зі сторони в сторону, приспівуючи: «Ля-ля-ля!»

Знов надворі дощик накрапає

(Виконувати дрібні поперемінні рухи пальцями згори донизу)

І чомусь так сумно стало всім.

(Трохи розвести руки в сторони, злегка підняти плечі)

Я веселу пісню заспіваю,

(Зігнутими в ліктях руками, долоні з розчепіреними пальцями від себе, виконувати ритмічні рухи зі сторони в сторону)

Може перестане плакати він.

(Ритмічні плески в долоні)

Я свої долоньки простягну до неба,
(*Стати навипиньки, підняти руки долонями вгору*)

Погойдаю краплі голубі.

(*Кистями рук над головою робити рухи зі сторони в сторони*)

«Сонечко хай сяє, а дощу не треба.

(*Обома руками зробити плавний рух в сторони, ніби малюючи коло*)

Чуєш мене, дощику?» – я кажу тобі.

(*Ліву руку розташувати горизонтально на рівні грудей долонею донизу.*

Перпендикулярно розташувати праву руку. Вказівним пальцем правої руки (інші затиснуті в кулачок) робити вказівні рухи вперед-назад)

Вправи на регуляцію м'язового тону

Педагог: Всі на світі люблять сонечко – і квіти, і трави, і тварини, і птахи, і, звичайно, люди, адже від його тепла ми стаємо здоровішими.

Промовляє слова заклички:

Ви вже знаєте, малята,

Як здоровими нам стати?

Спортом слід усім займатись

І частіше усміхатись.

(*Юлія Рібцун*)

Діти виконують вправи на м'язове напруження (5-10 с кожна).

1) «На старт». Долонями впритися у підлогу. Ліву ногу зігнути у коліні, праву витягнути назад, носком впритися у підлогу. Тіло напружити.

Малюки всі добре знають:

Стартом біг розпочинають.

(*Юлія Рібцун*)

2) «Бокс». Праву ногу виставити вперед, голову трохи нахилити, стиснути кулаки, напружені руки зігнути у ліктях.

Бокс у нас не боротьба,

А весела вправна гра.

(*Юлія Рібцун*)

3) «Гирі». Ноги на ширині плечей. Нахилитися донизу, імітувати підйом і утримання важких гирь, напружуючи м'язи рук.

Раз, два, три, чотири.

Дружно всі піднімем гирі.

(Юлія Рібцун)

Заключна частина.

Релаксація.

Педагог читає закличку:

Ось, малята-здоров'ята,

Час прийшов відпочивати.

На подушечки сідайте,

Щось приємне пригадайте.

(Юлія Рібцун)

Діти сідають на подушечки, роблять плавні кругові рухи головою; вдих через ніс, плавно і тривало видихують через рот; потім заплющують очі, слухають розслаблюючу музику (<https://www.youtube.com/watch?v=uAQVTXxrvMw>)

Після відпочинку педагог запитує, що приємне пригадав кожен з дітей. Діти відповідають одним-двома словами.

Педагог: Добре, що ви пригадали стільки приємних речей. Та найголовніше для кожної людини – це здоров'я.

Читає вірш:

Здоров'я – основа усього на світі,

Здоровими бути бажають всі діти,

Для цього потрібно щоденно вмиватись,

Робити зарядку і тепло вдягатись.

Себе гартувати водою і сонцем.

І солодко спати з відкритим віконцем.

І їсти усе, що на стіл подають,

Бо страви нам росту і сил додають.

(Людмила Лисенко)

А зараз ми повернемося до нашої групи, де покуштуємо вітамінний напій.