

Нетрадиционные методы и приемы.

Воспитатель: Дзахова Марина Юрьевна

Артикуляционная гимнастика для развития и совершенствования основных речевых движений. Артикуляционную гимнастику для дошкольников лучше проводить в игровой форме. Для этого хорошо подходят малые стихотворные формы. Артикуляционная гимнастика в стихах – это не только повышение интереса ребёнка к конкретному упражнению, ни и отсчёт времени выполнения упражнения и определение ритма выполнения динамических упражнений.

«Часики»

Тик – так, тик – так –

Ходят часики – вот так!

Влево тик,

Вправо так.

Ходят часики – вот так!

Описание: Рот широко раскрыть. Язык медленно горизонтально передвигать из стороны в сторону, тянуть язык к уголкам рта. Поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.

«Лопатка»

Пусть язык наш отдыхает,

Пусть немножко подремает.

Описание: Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

Дыхательная гимнастика.

Дыхание является важнейшей функцией организма. Важное место в физической культуре занимают специальные дыхательные упражнения, которые обеспечивают полноценный дренаж бронхов, очищают слизистую дыхательных путей, укрепляют дыхательную мускулатуру. Еще древние восточные мудрецы, создатели различных дыхательных систем, придавали большое значение дыхательным упражнениям. Считалось, что кроме кислородного питания с помощью дыхания происходит и

энергетическая подпитка организма. Правильное дыхание регулирует состояние нервной системы человека.

Послушаем свое дыхание

Цель: учить детей прислушиваться к своему дыханию, определять тип дыхания, его глубину, частоту и по этим признакам - состояние организма.

Исходное положение - стоя, сидя, лежа (как удобно в данный момент). Мышцы туловища расслаблены.

В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют:

куда попадает воздушная струя воздуха и откуда выходит;

какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи или все части - волнообразно);

какое дыхание: поверхностное (легкое) или глубокое;

какова частота дыхания: часто происходит вдох-выдох или спокойно с определенным интервалом(автоматической паузой);

тихое, неслышное дыхание или шумное.

Данное упражнение можно проводить до физической нагрузки или после, чтобы дети учились по дыханию определять состояние всего организма.

Дышим тихо, спокойно и плавно

Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.

Исходное положение - стоя, сидя, лежа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет. Затем плавный выдох через нос (повторить 5-10раз).

Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

Пальчиковая гимнастика и развитие мелкой моторики.

В своей работе я уделяю достаточно внимания развитию мелкой моторики. Дети занимаются лепкой, рисованием, и, конечно же, делают комплексы пальчиковой гимнастики для дошкольников. Эти занятия проходят в игровой форме, часто в виде инсценировок знакомых и любимых детям сказок.

Залогом успеха в развитии мелкой моторики с использованием пальчиковой гимнастики для дошкольников, является регулярность этих занятий. Уделяя ежедневно по 5 минут можно достичь хорошего результата в овладении устной речью. Такие занятия – любимая забава детворы, особенно если наряду с гимнастикой использовать пальчиковые куклы, что разнообразит игру и привлечет больше внимания даже самых неусидчивых.

Раз, два, три, четыре, пять...

Раз, два, три, четыре, пять

Загибают каждый пальчик.

Мы идём грибы искать

Указательный и средний палец правой руки “шагают” по левой ладони.

Этот пальчик в лес пошёл

Этот пальчик гриб нашёл

Этот пальчик чистить стал

Этот пальчик всё съел

Загибают каждый пальчик

От того и потолстел.

Показывают большой палец.

"Ладони".

Мне ладошки покажите-

Правую и левую.

В кулачок скорей сожмите

Пальчики умелые.

Разожмите, рассмотрите,

И скорее мне скажите:

Для чего нужны нам дети,

Ловкие ладошки эти?

(убирать игрушки, завязывать шнурки, мыть посуду, сделать подарок своими руками, протирать пыль, играть в мяч и т. д.)

«Пой-ка, подпевай-ка!», И. Токмакова

Десять птичек – стайка.

Эта птичка – соловей,

Эта птичка – воробей,

Эта птичка – совушка,

Сонная головушка,

Эта птичка – свиристель,

Эта птичка – коростель,

Эта птичка – жаворонушка,

Серенькое перышко,

Это зяблик, это стриж,

Это развеселый чиж,

Ну, а это злой орлан...

Птички, птички, по домам!» (Пальцы обеих рук сжаты в кулаки. Услышав название птиц, дети разжимают по одному пальцу сначала правой, а затем левой руки. На последние слова пальцы обеих рук сжимают в кулак).

Массаж спины «Дождик»

Дождик бежит по крыше – бом, бом, бом! (похлопывают ладонями)

По веселой звонкой крыше – бом, бом, бом! (постукивают пальчиками)

Дома, дома посидите – бом, бом, бом! (поколачивают кулачками)

Никуда не выходите, – бом, бом, бом! (растирают ребрами ладоней)

Почитайте, поиграйте – бом, бом, бом! (растирают плечи)

А уйду, тогда гуляйте – бом..бом..бом.. (поглаживают ладонями)

(поворачиваются на 180* и повторяют массаж)

- После дождика, смотри, в лесу выросли грибы.

«Пять воробьев».

Пять воробьев на заборе сидело,

Один улетел, а другие запели.

И пели, пока не сморила усталость,

Один улетел, их трое осталось.

Сидели втроём и немного скучали,

Один улетел, а двое осталось.

«Птички».

Птички летели, крыльями махали

На деревья сели, вместе отдыхали.

Физультминутки (динамические паузы)

Физкультминутка — прекрасная возможность для ребенка сделать переход между занятиями, снять эмоциональное напряжение, а также познакомиться со своим телом. Для детей наиболее интересна стихотворная форма таких игр-упражнений. Выбираю несколько подходящих физкультминуток, меняю их через 1-2 недели или согласую с учителем – логопедом и выбираю подходящую по тематике.

Игра «Капельки»:

– Я буду мама-тучка, а вы мои детки-капельки.

Мелодия 1.

- Вам пора отправляться в путь. (Капельки прыгают, танцуют.)

- Полетели они на землю. Попрыгали, поиграли. И впитались в землю. А в земле лежали семена разных растений.

- Семена попили водичку и стали расти. Росли, росли и выросли. А теперь пофантазируйте и скажите, каким растением вы стали?

"Умная природа".

Мы природу уважаем (дети ходят по кругу, взявшись за руки),

Бережем и понимаем.

Нас в любое время года

Учит мудрая природа.

Птицы учат пению,(чик-чирик)

Паучки терпению,(перебирают пальчиками в воздухе)

Пчелы в поле и в саду

Обучают нас труду. (з-з-з)

Отражение в воде учит справедливости(пружинка).

Нас деревья всех пород (сжимают ладошки в рукопожатии)

Учат крепкой дружбе.

У природы целый год обучаться нужно(хлопки в ладоши).

О чём поют воробушки.

О чём поют воробушки (шагаем на месте)

В последний день зимы? (руки в стороны - на пояс)

-Мы выжили! (хлопаем в ладоши)

-Мы дожили! (прыжки на месте)

-Мы живы! Живы мы! (шагаем на месте)

Вот летит большая птица...

Вот летит большая птица,

Плавно кружит над рекой (движения руками, имитирующие махи крыльями)

Наконец, она садится

На корягу над водой (салятся в глубокий присед).

«Ходят капельки по кругу».

Воспитатель говорит, что она мама Тучка, а дети –Капельки, и им пора отправляться в путь. Звучит музыка, напоминающая звуки дождя. Капельки прыгают, разбегаются, танцуют. Полетели капельки на землю. Попрыгали, поиграли. Скучно им стало поодиночке прыгать. Собрались они вместе и потекли маленькими веселыми ручейками (капельки составляют ручейки, взявшись за руки). Встретились ручейки и стали большой речкой(капельки соединяются в одну цепочку). Плынут капельки в большой реке, путешествуют. Текла-текла речка и попала в большой-пребольшой океан(дети перестраиваются в хоровод и двигаются по кругу). Плавали-плавали капельки в океане, а потом вспомнили, что мама Тучка наказывала домой вернуться. А тут как раз солнышко пригрело. (Появляется солнышко, танцует.) Стали капельки легкими, потянулись вверх (присевшие капельки поднимаются, затем вытягивают руки вверх). Испарились они под лучами солнышка, вернулись к маме Тучке. Молодцы, капельки, хорошо себя вели, проходим за воротник не залезали, не брызгались. Теперь со мной побудьте, я без вас соскучилась.

Здоровьесберегающие технологии, влияющие на формирование гармоничной, творческой личности, на проблему социальной адаптации дошкольников, на развитие личности ребёнка и подготовка его к самореализации в жизни с опорой на ценностные ориентиры, такие как здоровье помогают педагогу в комплексном и поэтапном воспитательно – образовательном процессе.