



**Логоритмические упражнения –  
неотъемлемые элементы  
гармоничного развития  
ребенка**

Подготовила  
музыкальный руководитель  
Ситдикова З.Ф.



## Чем полезна логоритмика и как ею заниматься

*Еще в середине прошлого века биологи и врачи доказали, что регулярное выполнение определенных движений в заданном ритме способно побороть самые разные заболевания и не только улучшить самочувствие, но и поднять «боевой дух» пациентов.*

*Так появилась сначала общая – лечебная, а потом и узкоспециализированная – логопедическая ритмика.*

*Коктейль из движений, речи и музыки помогает детям научиться красиво и плавно говорить, а в некоторых случаях даже избавиться от заикания.*



## Зачем это надо?

**Речь** – это самый сложный процесс, требующий скоординированной работы дыхания, ротовой полости, нервной системы и органов восприятия: когда хотя бы одна из составляющих дает сбой, разваливается, как правило, весь механизм.

**Задача логоритмики** – сделать так, чтобы все работало слаженно и без сбоев. Кроме того, логопедическая ритмика отлично развивает моторику (общую и тонкую), координацию движений и речевое дыхание и способствует нормализации мышечного тонуса. Занятия логоритмикой тренируют память, внимание и восприятие (особенно слуховое) и весьма благотворно влияют на физическое состояние малыша, помогая ему сформировать правильные двигательные навыки.

А в последнее время специалисты обратили внимание на то, что логопедическая ритмика очень хорошо «работает» с психоэмоциональным состоянием детей: непоседливых и легко возбудимых крох она успокаивает, а медлительных и задумчивых, наоборот, подстегивает.



## Для кого?

### **Логоритмика в первую очередь полезна детям:**

- с заиканием или с наследственной предрасположенностью к нему;
- с чересчур быстрой/медленной или прерывистой речью;
- с недостаточно развитой моторикой и координацией движений;
- с дизартрией, задержками развития речи, нарушениями произношения отдельных звуков;
- часто болеющим и ослабленным;
- находящимся в периоде интенсивного формирования речи (*в среднем это возраст от 2,5 до 4 лет*).



**Отличительной особенностью ритмики, в том числе и логопедической является абсолютная простота: все существующие задания без проблем может выполнить человек, не имеющий никакой специальной подготовки.**

1. Все упражнения строятся на подражании: взрослый показывает – ребенок повторяет. Специально заучивать речевой материал не надо: пусть все происходит постепенно – от занятия к занятию. На первых порах текст читает только взрослый, побуждая малыша к повторению. Постепенно к чтению подключается и ребенок: когда он будет в состоянии повторить все фразы в правильном ритме и без ошибок, можно отдать бразды правления в его руки.
2. Заниматься логоритмикой нужно всего раз в неделю и делать это лучше во 2-ой половине дня.
3. Ребенку должно быть интересно и весело. Во время занятий можно и нужно использовать картинки, игрушки, яркую одежду или костюмы (*если они не мешают двигаться*), а так же любые предметы, которые доставляют малышу радость!
4. Упражнения нужно многократно повторять (*из занятия в занятие*) – до тех пор, пока они не будут выполнены на отлично.
5. Без музыки – никуда. Для медленной части подойдут вальсы, для более подвижной – марши. Также имеет смысл заготовиться детскими песенками и записями звуков природы.
6. Занятия нужно подстраивать под ребенка: если что-то не получается - упростите задание. Заметили, что у малыша трудности с мелкой моторикой и звуками, – смело увеличивайте количество соответствующих упражнений. Не бойтесь экспериментировать! Главное – соблюдать единство музыки, движения и речи, а в остальном – фантазируйте!
7. Не расстраивайтесь и не сердитесь, если у малыша что-то не получается. Почувствовав недовольство, он может замкнуться и отказаться от упражнения. Наберитесь терпения и не бросайте начатое дело, даже если вы сами уже отчаялись поверить в то, что ребенок когда-нибудь с ним справится.



## От 2,5 до 4 лет

В этом возрасте дети совершенствуют двигательные навыки, учатся говорить и общаться – именно этим и нужно заниматься на уроках логоритмики.

**Важно! Если ребенок еще не говорит предложениями, разрешите ему повторять только последние слова фразы или просто окончания слов.**

### **1. Игра «Прогулка»** (развитие общей моторики)

По узенькой дорожке (*ходьба на месте*)

Шагают наши ножки (*высоко поднимая ноги*)

По камешкам, по камешкам (*переминаться с ноги на ногу в медленном темпе*)

И в ямку... бух! (*сесть на пол на последнем слове*)

### **2. Игра «Большие и маленькие капельки»** (развитие чувства темпа и ритма)

Как стучат большие капли?

Правильно, они стучат медленно – кап, кап, кап, кап...

А маленькие капельки как?

Конечно, быстро! Кап-кап-кап-кап-кап-кап... .

### **3. Игра «Оркестр»** (развитие слухового внимания)

Когда взрослый говорит «Дождь!» – ребенок произносит: «Ш-ш-ш...», в ответ на

«Молния!» – звонит в колокольчик, а, услышав «Гром!» – громко топает ногами.

На слове «Тишина» – все смолкает.



#### **4. Пальчиковая игра «Домик»** (развитие мелкой моторики)

На поляне дом стоит, (пальцы обеих рук под углом друг к другу широко расставлены, соприкасаются только кончики пальцев)

Ну а к дому путь закрыт. (большие пальцы обеих рук подняты вверх, остальные пальцы – в горизонтальном положении вместе, кончики средних пальцев соприкасаются)

Мы ворота открываем, в этот домик приглашаем. (ладони поворачиваются параллельно друг другу, руки разводятся в стороны ладонями вверх)

#### **5. Пение** (тренировка дыхания, голоса и плавности речи)

Выбирайте любую песенку и пойте ее вместе с ребенком.

#### **6. Игра «Ветер»** (нормализация мышечного тонуса, расслабление)

Ветер дует нам в лицо и качает деревцо.

(качать поднятыми вверх руками, наклоняя корпус вправо-влево)

Ветерок все тише, тише. (медленно покачивать руками)

Деревца все выше, выше. (тянуться вверх на носках, руки подняты вверх)

#### **7. Упражнение «Вьюга»** (развитие речевого дыхания)

Взрослый: Как дует сильный ветер? У-у-у... Кто изобразит самый долгий ветер?

Малыш после энергичного вдоха через нос на выдохе тянет звук «у-у-у...»

#### **8. Игра «Прогулка и дождик»** (развитие чувства темпа и ритма, общей моторики)

Спокойно гуляете с ребенком по комнате под медленную музыку, затем включаете мелодию в среднем темпе и пляшете под нее, добавляя в танец знакомые малышу движения. Ну и, наконец, под быструю и ритмичную музыку надо «убегать от дождя и прятаться под зонтом».



## От 4 до 6 лет

В этом возрасте речь ребенка перестает быть «детской» и количество «смешных» ошибок постепенно сходит на нет. Поэтому к знакомым занятиям нужно добавить логопедическую гимнастику и чистоговорки на отработку звуков.

### **1. Упражнение «Черепаша»** (самомассаж)

Шла купаться черепаха (*легкие пощипывания пальцами рук, груди, ног*)

И кусала всех со страха: Кусь! Кусь! Кусь! Кусь!

Никого я не боюсь!

### **2. Упражнение «Ракета»** (развитие речевого дыхания и голоса)

*Говорит взрослый* отвечает ребенок.

Проверяем топливо. - Долгое «ш-ш-ш-ш-ш...»

Открываем люки. - Звук «ааааА» (*тихий, переходящий в громкий*), руки поднимаются

Закрываем люки. - Звук «Ааааа» (*громкий, переходящий в тихий*), руки опускаются

Проверяем радио. - Короткий звук «У» *то громко, то тихо.*

Включаем двигатель. - Долгое «р-р-р-р-р...», *руки в кулачках.*

### **3. Пальчиковая игра «Строим дом»** (развитие мелкой моторики)

Тук-ток, тук-ток (*ударять кулачками друг о друга*) застучал молоток.

Будем строить новый дом с высоким крыльцом, (*поднять руки вверх*)

С окнами большими, (*согнуть руки в локтях, ладони друг на друга, изображая окно*)

Ставнями резными. (*поднять кисти рук вверх - «открыть ставни»*)

Тук-ток, тук-ток (*ударять кулачками друг о друга*) замолчал молоток. (*руки опустить*)

Вот готов новый дом, (*поднять руки вверх*)

Будем жить мы в нем. (*потереть ладони друг о друга*)

#### **4. Логопедическая гимнастика «Печем пирожки»**

1. «Месим тесто» – активно двигаем языком, упираясь то в одну, то в другую щеку
2. «Раскатываем тесто» – с силой проталкиваем язык между губами и втягиваем обратно в рот.
3. «Блинчик» – высовываем язык и держим его широкой лопаткой.
4. «Кладем начинку» – заворачиваем края языка так, чтобы в середине осталась дырочка.
5. «Печем пирожки» – надуваем щеки и медленно со звуком «пух-х-х-х...» выпускаем воздух (губы расслаблены)
6. «Вкусный пирожок» – облизываем губы языком

Упражнения можно делать и под музыку, меняя темп в зависимости от мелодии.

#### **5. Чистоговорка на звук Ц (развитие звукопроизношения)**

Цы-цы-цы – в огороде огурцы. (хлопать в ладоши)

Ица-ица-ица – прилетела к нам синица. (делать легкие взмахи кистями рук)

Рец-рец-рец – поклевала огурец. (стучать указательным пальцем по коленям)

Цу-цу-цу – всем я дам по огурцу. (вытягивать руки вперед и затем прижимать к груди)

#### **6. Упражнение «Аист» (развитие чувства равновесия, нормализация мышечного тонуса)**

Аист ногу поднимает – ничего не понимает.

(стоят сначала на одной ноге, потом на другой, стараясь удержать равновесие)

И весь день среди ракии на одной ноге стоит. (руки разводят в стороны)

#### **7. Игра «Ёжик» (развитие реакции, речевого слуха)**

Ребенок бежит под музыку. Когда она перестанет звучать, малыш должен присесть и обнять себя руками («ёжик»), как только мелодия заиграет снова – нужно бежать.



## От 6 до 8 лет

В этом возрасте ребенку подвластны практически все движения, а сам он полон энергии и сил!

### **1. Упражнение «Замри»** (развитие быстроты реакции, творческих способностей)

Под быструю музыку ребенок бегает, изображая движения какого-нибудь животного. Как только музыка прекращается, должен замереть, приняв позу, передающую образ этого животного. Взрослый старается угадать, какого же зверя малыш изобразил.

### **2. Упражнение «Греем ладошки»** (развитие мелкой моторики, самомассаж)

Если замерзают руки (*медленно-медленно растирать одну ладонь о другую*)

Начинаем их тереть,

Быстро мы сумеем руки, как на печке, разогреть.

Сначала ладошки (*растирать ладони все быстрее и быстрее*)

Совсем как ледышки,

Потом как лягушки, потом как подушки.

Но вот понемножку согрелись ладошки,

Горят и взаправду, (*протянуть вперед раскрытые горячие ладони*) а не понарошку!

### **3. Чистоговорка Р-РЬ** (развитие звукопроизношения и мелкой моторики)

Орь-орь-орь – с мамой ты не спорь. (*грозить пальцем*)

Ор-ор-ор – на, возьми топор. (*сжать пальцы в замок, поднимать и опускать руки*)

Ра-ра-ра – в лес идти пора. (*шагать*)

Ре-ре-ре – выходи на заре. (*поднять прямые руки, поворачивать кисти рук из стороны в сторону*)



#### **4. Ритмическая игра «тук-тук»** (развитие чувства ритма движений и речи)

Тук, тук, туки-тук. (отхлопывать ритм, проговаривая слова)

Туки-туки-туки-тук.

Туки-тук, туки-тук.

Туки-туки, тук, тук.

Туки, тук, тук, тук.

Тук, туки, туки, тук.

#### **5. Пение** (тренировка дыхания, голоса и плавности речи)

Подходит любая (даже взрослая) песня, которая нравится ребенку.

#### **6. Игра «Разведчики»** (развитие чувства темпа и ритма)

Взрослый отхлопывает несложный ритм и предлагает ребенку повторить.

Когда задание станет получаться без ошибок, ритм уже не отхлопывается, а играется на музыкальном инструменте. Бубен, барабан, ксилофон – подходит все, что может издавать ритмичные удары. Высший пилотаж: взрослый отхлопывает ритм руками, а ребенок повторяет его на инструменте.

#### **7. Игра «Зеркало»** (развитие умения ориентироваться в пространстве)

1. Взрослый показывает ребенку изображение человечка и просит встать так же, как на рисунке, то есть стать «зеркальным отражением».

2. Под быструю (или в среднем темпе) музыку ребенок совершает произвольные движения (можно бегать, кружиться, прыгать). Как только мелодия замолкает, малыш должен принять позу человечка, нарисованного на картинке, и замереть.



На занятиях связь речи с музыкой и движением кроме развития мышечного аппарата и голосовых данных ребенка позволяет развивать детские эмоции и повысить интерес ребенка к занятиям, пробуждает его мысль и фантазию.

Еще один плюс логоритмических упражнений, это то, что они групповые. Это помогает ребенку научиться работать в детском коллективе, находить с ним общий язык и учиться с ним, активно взаимодействовать.

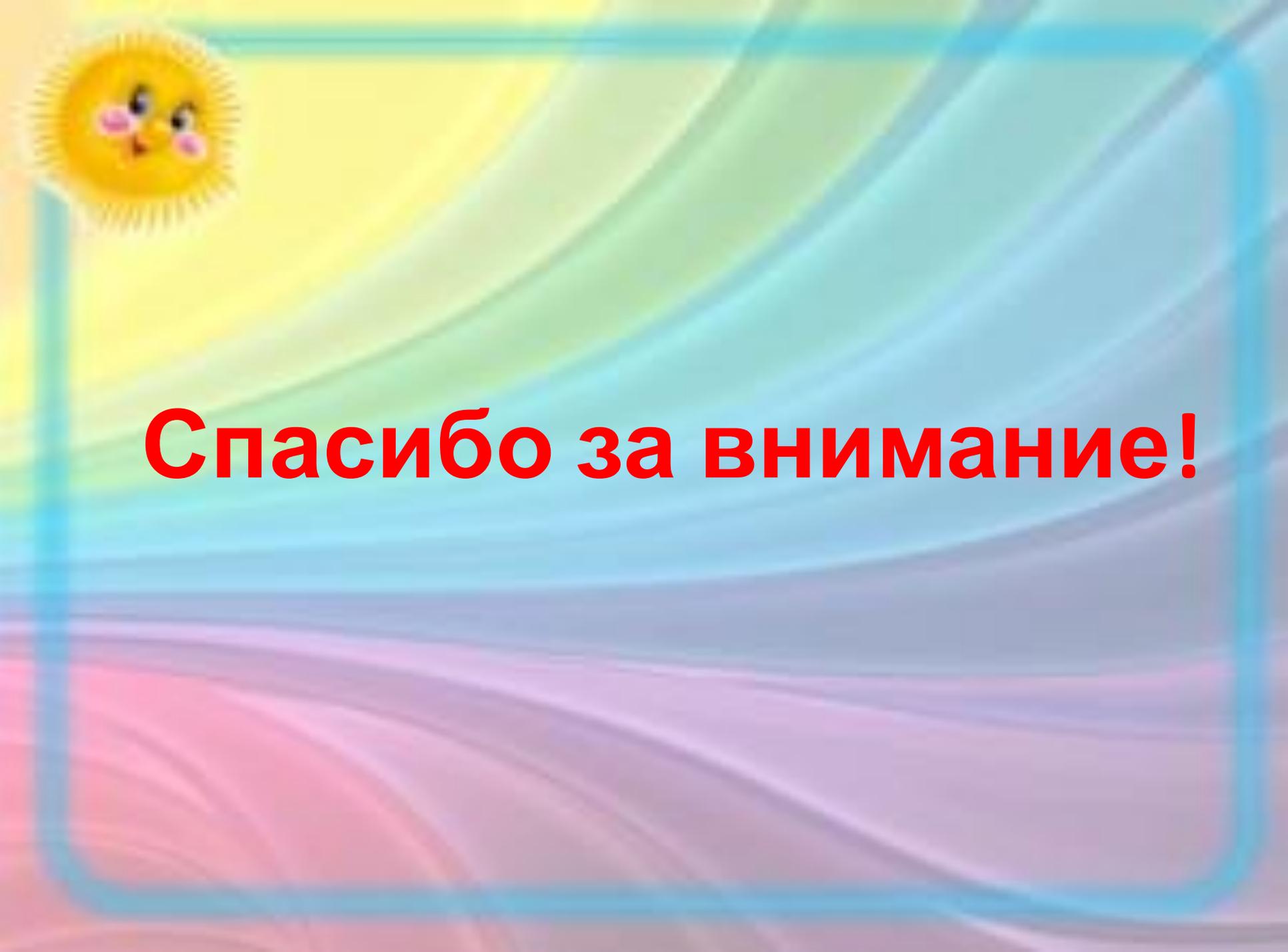


Логоритмические упражнения полезны всем детям, имеющим проблемы становления речевой функции, в том числе, задержки речевого развития, нарушения звукопроизношения, заикание и другие.

Очень важны упражнения для детей с так называемым речевым негативизмом, так как занятия создают положительный эмоциональный настрой к речи, мотивацию к выполнению логоритмических упражнений.

В результате использования логоритмики к концу учебного года у детей прослеживается положительная динамика речевого развития.

**Поэтому логоритмика становится праздником красивой речи для детей!**



**Спасибо за внимание!**