

# ЛОГОРИТМИКА.

## ЧЕМ ПОЛЕЗНА И КАК ЕЮ ЗАНИМАТЬСЯ?

Ещё в середине прошлого века биологи и врачи доказали, что регулярное выполнение определённых движений в заданном ритме способны побороть самые различные заболевания. Так появилась сначала общая - лечебная, а потом и узкоспециализированная – **логопедическая ритмика**.

**Логоритмика** – это система физических упражнений, активная терапия, в основе которой лежит связь между словом (речью), музыкой и движением.

### Цель логоритмики.

Логоритмика отлично развивает моторику (тонкую и общую), координацию движений, речевое дыхание, тренирует память, внимание.

### Для кого нужна?

Логоритмика полезна детям:

- с заиканием или наследственной предрасположенностью к нему,
- с задержкой развития речи,
- с недостаточно развитой моторикой и координацией движений.

Заниматься логоритмикой можно и в домашних условиях. Все упражнения строятся на подражании: взрослый показывает, ребёнок повторяет.

Заниматься нужно 2 раза в неделю, лучше во второй половине дня. Ребёнку должно быть интересно и весело. Во время занятий можно и нужно использовать картинки, игрушки, всё, что доставляет ребёнку радость.

Совместные действия со взрослыми и сверстниками снимают неуверенность, зажатость у ребенка, которые часто связаны с речевым дефектом или личностными комплексами.

**Логоритмика** предполагает следующие **виды деятельности**:

1. Ходьба и маршировка в различных направлениях;
2. Упражнения на развитие дыхания, голоса и артикуляции;
3. Упражнения, регулирующие мышечный тонус;
4. Упражнения, активизирующие внимание;
5. Счетные упражнения;
6. Речевые упражнения без музыкального сопровождения;
7. Упражнения, формирующие чувство музыкального размера или метра;
8. Упражнения, формирующие чувство музыкального темпа;
9. Ритмические упражнения;
10. Пение;
11. Самостоятельная музыкальная деятельность детей с речевыми нарушениями;
12. Игровая деятельность;
13. Упражнения на развитие творческой инициативы;
14. Самомассаж.



Логоритмические занятия помогают закреплять словарь по изучаемой лексической теме, стимулируют речевую активность детей.

## В саду

**Мы сегодня в сад пойдем,**

**Фрукты разные найдем** (шагают на месте).

**Раз, два, три, четыре, пять,**

**Будем фрукты собирать** (хлопают в ладоши):

**Груша, яблоки и сливы** (указательным пальцем правой руки по очереди загибают пальцы на левой руке),

**Виноград и апельсины.**

**Будем с дерева срывать** (поднимают по очереди то правую, то левую руку, как будто срывая плоды с дерева),

**Всех знакомых угощать** (протягивают руки вперед ладонями вверх).

**На носочки поднимимся** (встают на цыпочки).

**И до ветки дотянись** (поднимают руки вверх),

**Веточку нагни** (опускают руки, встают на полную ступню).

**Спелых яблочек сорви** (делают хватательные движения руками).



## Осень

**Раз, два, три, четыре, пять, это каждый должен знать**

(дети шагают на месте).

**Лето, осень и зима, а потом придет весна**

(хлопают в ладоши).

**Мы теперь друг друга спросим**

(разводят руки в стороны и смотрят друг на друга):

- **Что настало нынче?**

- **Осень!**

**От времени года** (поднимают вверх указательный палец)

**Зависит погода** (произносят слова с назидательной интонацией)



## Осень, осень - листопад

**Осень, осень - листопад** (плавным движением поднимают руки вверх),

**Листья желтые летят** (как бы дирижируя ими, постепенно опускают вниз)

**Вечер дует, задувает** (руки от груди не спеша разводят в стороны, одновременно дуют, имитируя звуки ветра).

**Туча солнце закрывает** (закрывают глаза руками).

**Дождик капает с утра** (сжимают кулаки, выставив из каждого только по указательному пальцу. Совершают по левой, то правой руками движения вверх - вниз, показывая, как каплют капли дождя. При этом постепенно приседают, пока указательные пальцы не дотронутся до пола).

**Осень - грустная пора** (разводят руки в стороны с выражением грусти на лице).



«Рассказывание» стихов с помощью рук неизменно вызывает у детей живой интерес, повышает эмоциональный тонус, эффективность запоминания, способствует развитию произвольного внимания, крупной и мелкой моторики, координации движений, воображения, образности мышления.

### Такой разный дождь

Рассердилась туча злая,	<i>Дети стучат кулачком о кулачок.</i>
И закапал мелкий дождь.	<i>Быстро ритмично постукивают указательным пальцем правой руки о ладонь левой.</i>
Капля падает за каплей.	<i>Ритмично щелкают пальцами рук.</i>
Сколько набежало слез! ладонь.	<i>Собирают «слезы» в ладонь.</i>
Дождь сильнее стал, и ветер Сделал вдруг его косым. ладо-	<i>Делают движения ребром ладони сверху вниз по диагонали.</i>
Вправо капли, влево капли, ребром ладони в разные стороны.	<i>Диагональные движения ладони в разные стороны.</i>
Словно всех косой косил.	<i>Имитируют движения косаря.</i>
Ливень туча посылает,	<i>Делают резкое движение рукой вперед.</i>
И стеной вода течет.	<i>Вытягивают руки вперед ладонями к себе и опускают их так, словно опускают занавес.</i>
Где бы спрятаться от ливня?	<i>Пожимают плечами, смотрят по сторонам.</i>
Зонтик нас раскрытый ждет. изображают купол зонтика	<i>Поднимают руки вверх, изображают купол зонтика</i>

