

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования
город Краснодар «Детский сад комбинированного вида «Сказка»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
«Система комплексной коррекционной работы по преодолению речевых
нарушений у детей дошкольного возраста с ОВЗ»

Составила:
Овечая А.А., учитель-дефектолог

Краснодар, 2026

Содержание

Пояснительная записка	3
Подготовительный период.....	5
1.Логопедический массаж	5
2.Нормализация моторики органов артикуляции	6
Артикуляционная гимнастика.....	6
Пассивная артикуляционная гимнастика.....	7
Активная артикуляционная гимнастика.....	8
Формирование кинестетической основы движений органов артикуляции....	8
3.Нормализация речевого дыхания	9
4.Нормализация голоса и просодики	12
5. Выработка новых произносительных умений и навыков	13
6.Выработка коммуникативных умений и навыков	15
7.Развитие лексико-грамматического строя речи.....	16
8.Развитие связной речи	17
9.Развитие мелкой моторики	18
10. Развитие общей моторики	20
Список литературы	22
Приложение1	24
Приложение2.....	25
Приложение3.....	28
Приложение4.....	30
Приложение5.....	34

Пояснительная записка.

Дизартрия занимает одно из ведущих мест среди речевых нарушений, с которыми сталкивается логопедическая практика. Это расстройство отражается не только на чёткости звукопроизношения, но и на всей просодической организации речи: страдают темп, ритм, интонация, сила и высота голоса. Речь ребёнка при дизартрии может звучать смазано, недостаточно выразительно и монотонно, а в словах со сложной звуко-слоговой структурой нередко наблюдаются замены, искажения и пропуски звуков. В основе нарушения лежит недостаточность иннервации мышц речевого аппарата, что делает проблему комплексной и требующей системного подхода.

Особенно значимой эта проблема становится в работе со стёртой формой дизартрии. Она часто сочетается с общим недоразвитием речи, фонетико-фонематическими трудностями и недостаточной сформированностью моторной базы речи. Внешне такие нарушения могут казаться незначительными, однако именно они нередко становятся причиной стойких трудностей в устной, а затем и в письменной речи. Поэтому своевременное выявление и целенаправленная коррекционная помощь имеют принципиальное значение.

У детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата дизартрия встречается особенно часто и, как правило, входит в структуру более общего двигательного нарушения. При этом речевая симптоматика может быть смешанной, а ведущая форма определяется преобладающими двигательными и неврологическими признаками. Это означает, что речевой дефект нельзя рассматривать изолированно: он тесно связан с состоянием всей моторной сферы ребёнка и уровнем функционирования центральной нервной системы.

Эффективная помощь ребёнку возможна только при тесном взаимодействии специалистов разного профиля. В диагностике и коррекции необходимо учитывать сведения медицинского анамнеза, данные неврологического обследования, особенности психического развития, состояние общей, тонкой и артикуляционной моторики, а также уровень сформированности фонематических процессов. К числу факторов риска относятся осложнения беременности и родов, внутриутробные и перинатальные поражения нервной системы, асфиксия, недоношенность и другие неблагоприятные условия раннего развития.

Клиническая картина дизартрии у детей обычно включает:

- недостаточную подвижность артикуляционного аппарата;
- трудности точности, плавности и переключаемости движений;
- ослабленное речевое дыхание;
- изменения голоса и тембра;
- нарушения темпа, ритма и интонационной выразительности речи.

В связи с этим коррекционная работа должна строиться не эпизодически, а последовательно и многократно. Наиболее результативным является подход, при котором речевое развитие идёт в тесной связи с совершенствованием двигательной сферы, сенсорного опыта и познавательной активности ребёнка. Именно такая интеграция лежит в основе предлагаемой методики, разработанной с опорой на научно-методические положения Е. Ф. Архиповой и ориентированной на практическую работу логопедов, дефектологов и педагогов дошкольного образования.

Цель методической разработки

Целью программы является развитие диалогической речи, формирование фонетико-просодической стороны высказывания, а также расширение и активизация лексико-грамматических средств и связной речи у детей с речевыми нарушениями.

Задачи методической разработки

Коррекционно-развивающая работа направлена на:

- нормализацию движений артикуляционного аппарата;
- формирование произвольного контроля над речевыми движениями;
- преодоление монотонности, нарушений темпа и ритма речи;
- развитие фонематического восприятия;
- совершенствование речевого дыхания и голосообразования;
- стимулирование общей, мелкой и артикуляционной моторики.

Основные средства работы

В процессе реализации программы используются:

- дыхательные и голосовые упражнения;
- активные и пассивные пальчиковые упражнения;
- расслабляющий и стимулирующий массаж кистей рук;
- различные виды логопедического массажа: мануальный, зондовый, щёточный, акупунктурный;
- местные контрастные процедуры как дополнительное средство сенсомоторной стимуляции.

Методическая основа

Методика опирается на этиопатогенетический, системный и онтогенетический подходы. Это означает, что при планировании коррекционной работы учитываются не только внешние проявления нарушения, но и его механизмы, особенности развития ребёнка и последовательность формирования функций в онтогенезе. Важным

принципом также является поэтапное усложнение заданий, опора на сохранные анализаторы и личностно-ориентированный характер обучения, предполагающий индивидуальный темп и эмоциональное благополучие ребёнка.

Ожидаемые результаты

В результате реализации программы предполагается:

- развитие общей, мелкой и артикуляционной моторики;
- автоматизация и дифференциация звуков;
- нормализация речевого дыхания и просодики;
- совершенствование лексической и грамматической стороны речи;
- развитие тонких движений кистей рук;
- формирование навыков звукового и буквенного анализа;
- умение составлять предложения и короткие рассказы по картинке.

Подготовительный период.

1. Логопедический массаж (см. Приложение 1)

Логопедический массаж в работе со стёртой дизартрией можно рассматривать как один из самых тонких и вместе с тем самых значимых способов помощи ребёнку. Его ценность состоит не только в механическом воздействии на мышцы артикуляционного аппарата, но и в том, что он помогает «разбудить» речевую мускулатуру, сделать её более подвижной, отзывчивой и готовой к дальнейшей коррекционной работе. При стёртой дизартрии мышечные нарушения часто выражены не резко, а скрыто и неравномерно, поэтому именно массаж нередко становится тем отправным пунктом, с которого начинается заметное улучшение речи.

Суть метода заключается в мягкой нормализации мышечного тонуса, развитии кинестетической чувствительности и создании физиологической базы для формирования чёткой артикуляции, устойчивого речевого дыхания и полноценной фонации. Проще говоря, массаж подготавливает речевой аппарат к тому, чтобы ребёнок мог говорить свободнее, точнее и увереннее.

В практике чаще всего используют несколько форм массажа, каждая из которых решает свою задачу. Ручной массаж помогает специалисту адресно воздействовать на мышцы в зависимости от того, требуется ли им расслабление или, наоборот, активация. Зондовый массаж позволяет работать точнее и глубже, затрагивая отдельные участки языка, щёк, мягкого нёба и дна полости рта. Самомассаж, в свою очередь, делает ребёнка не просто участником, а активным соавтором коррекционного процесса: он лучше чувствует собственные движения, учится замечать ощущения и постепенно переносит этот опыт в речь.

Перед началом работы важно понять, в каком состоянии находятся мышцы. Если они упругие, эластичные и хорошо реагируют на прикосновение, это говорит о близком к норме тонусе. Если же ткани

напряжены, плотны и движения даются с трудом, речь идёт о повышенном тоне. При вялости, слабой реакции и дряблости мышц, напротив, выявляется пониженный тонус. При одностороннем нарушении массаж начинают со здоровой стороны, чтобы не усиливать защитное напряжение и не вызывать дополнительный дискомфорт.

Выбор приёмов всегда зависит от того, какой тип тону преобладает. При сниженной мышечной активности нужны более тонизирующие воздействия: активное поглаживание, растирание, разминание, вибрационные приёмы. Их задача — усилить чувствительность, повысить мышечный отклик и мягко вовлечь артикуляционный аппарат в работу. При повышенном тоне, наоборот, используются расслабляющие, щадящие и плавные техники. Здесь особенно важны деликатность, медленный темп и отсутствие боли, поскольку главная цель — не активизировать мышцы, а снять излишнее напряжение и вернуть им подвижность.

Обычно курс логопедического массажа включает от 10 до 15 процедур, которые проводятся ежедневно или через день. Продолжительность сеанса подбирается индивидуально, но в среднем составляет 10–20 минут. Повторный курс назначают спустя один–два месяца, ориентируясь на состояние ребёнка и динамику коррекционной работы. Очень важно, чтобы процедура проходила в спокойной, доброжелательной атмосфере: ребёнок должен чувствовать себя защищённо, а не напряжённо.

Логопедический массаж особенно эффективен тогда, когда он не существует отдельно от других упражнений, а логично вплетается в общую систему коррекции. После него артикуляционная гимнастика даёт более заметный эффект, дыхательные упражнения выполняются свободнее, а голосовые задания становятся продуктивнее. Именно в этом заключается его практическая сила: массаж не просто «подготавливает» мышцы, а создаёт условия, при которых речь начинает постепенно выстраиваться более чётко, устойчиво и выразительно.

2. Нормализация моторики органов артикуляции

Артикуляционная гимнастика

Для ребёнка со стёртой дизартрией артикуляционная гимнастика — это не просто подготовительный этап, а основа, на которой постепенно выстраивается чёткая и управляемая речь. Через специальные упражнения ребёнок учится лучше ощущать положение губ, языка и нижней челюсти, координировать их движения и переводить разрозненные моторные реакции в более собранные и осмысленные артикуляционные действия. В зависимости от выраженности нарушений работа может строиться в пассивной, пассивно-активной или активной форме.

Пассивный вариант используется тогда, когда ребёнок ещё не способен самостоятельно воспроизвести нужную артикуляционную позу. В этом случае логопед помогает движениям извне — руками или специальными инструментами — мягко направляя губы, язык и челюсть в нужное

положение. Такое сопровождение важно не только с точки зрения механики: ребёнок получает возможность почувствовать само движение, запомнить его телесно и постепенно сформировать внутреннюю опору для будущих самостоятельных действий.

Каждое пассивное упражнение выстраивается поэтапно: сначала создаётся нужная поза, затем она ненадолго удерживается, после чего органы артикуляции плавно возвращаются в исходное положение. Эта последовательность помогает ребёнку не просто увидеть движение, а «прожить» его, почувствовать начало, середину и завершение. Именно так формируется более точный двигательный образ, который в дальнейшем становится основой для произвольной артикуляции.

Переход от пассивных действий к пассивно-активным и затем к активным должен быть мягким и постепенным. Ребёнку необходимы понятные ориентиры: показ, словесная инструкция, тактильная поддержка, зрительный контроль, а иногда и простая оценка качества выполнения. Такая система делает обучение более спокойным, предсказуемым и доступным для ребёнка.

Пассивная артикуляционная гимнастика

Пассивная артикуляционная гимнастика направлена на подготовку мимических мышц, губ, нижней челюсти и языка к более точной и самостоятельной работе.

Для мимических мышц и губ логопед помогает ребёнку:

- поочерёдно и одновременно поднимать брови;
- закрывать один глаз, другой глаз, оба глаза;
- опускать и поднимать уголки губ;
- смещать уголки рта вправо и влево;
- наморщивать лоб и нос;
- растягивать губы в улыбке и собирать их в трубочку;
- приподнимать верхнюю губу или опускать нижнюю.

Все движения выполняются медленно, с деликатным сопровождением и обязательным возвратом в исходное положение. Такой способ позволяет не только активизировать мышцы, но и закрепить правильную схему движения.

Для нижней челюсти применяются упражнения на открывание и закрывание рта, а также на выдвигание челюсти вперёд, вправо и влево. Сначала ребёнок полностью опирается на помощь логопеда, затем включается частично, а позже переходит к самостоятельному выполнению. Здесь особенно важны не скорость, а точность и плавность.

Для языка используются более тонкие приёмы: его перемещение в стороны, вверх и вниз, удержание разных положений, подведение к углам рта, верхней губе или за верхние зубы. Язык требует особенно осторожной и продуманной

работы, поскольку именно его движения чаще всего оказываются наиболее затруднёнными.

Перед переходом к активной гимнастике ребёнка знакомят с названиями органов артикуляции и учат различать их на ощупь. Это помогает связать слово, движение и ощущение в единую систему, а значит — сделать обучение более осознанным и прочным.

Активная артикуляционная гимнастика

Активная артикуляционная гимнастика — это уже самостоятельная работа ребёнка по инструкции логопеда. Её задача состоит в том, чтобы сделать движения органов речи более точными, устойчивыми и управляемыми. На этом этапе важно не просто повторять упражнения, а учиться чувствовать, как именно работает артикуляционный аппарат, насколько точно удаётся удерживать позу и переключаться с одного движения на другое.

Такая гимнастика помогает:

- улучшить подвижность языка, губ и нижней челюсти;
- сформировать тонкие двигательные программы;
- укрепить кинестетические представления о положении органов артикуляции;
- создать моторную базу для постановки и автоматизации звуков.

Работа всегда строится от простого к более сложному. Сначала ребёнок выполняет изолированные движения, затем переходит к их сочетаниям, а после — к более длинным и последовательным артикуляционным цепочкам. При этом логопед обращает внимание не только на правильность, но и на качество выполнения: плавность, амплитуду, темп, устойчивость и способность удерживать нужное положение.

Для усиления эффекта могут использоваться зеркало, тактильные подсказки, палочка, зонды и элементы сопротивления. Всё это помогает ребёнку лучше осознать движение и сделать его более управляемым. При этом нагрузка должна оставаться посильной: гораздо полезнее выполнить упражнение медленно и точно, чем быстро, но с напряжением и ошибками.

Формирование кинестетической основы движений органов артикуляции

Одна из главных задач артикуляционной гимнастики — не только укрепить мышцы, но и сформировать у ребёнка устойчивое ощущение самого движения. Когда ребёнок начинает лучше понимать, где находится язык, как сомкнуты губы, насколько свободна нижняя челюсть, ему становится легче воспроизводить правильный артикуляционный уклад и переносить его в речь.

Для этого упражнения выполняются в разных режимах:

- в статике — для удержания позы и развития ощущения положения органов артикуляции;
- в медленном темпе — для точного контроля;
- в динамике — для тренировки переключаемости;
- в сочетании с голосом и дыханием — для приближения к естественной речи.

Например, упражнение «забор» помогает ребёнку почувствовать работу губ при их растягивании, а «мост» — положение языка и его контакт с нёбом. Если выполнять их перед зеркалом и сопровождать произнесением гласного звука, связь между артикуляцией и звучанием становится для ребёнка более очевидной. Постепенно можно переходить к выполнению без зеркала, опираясь уже на внутренние ощущения.

Особое значение имеет сама последовательность обучения: сначала ребёнок удерживает позу, затем повторяет её медленно, а после — учится переключаться между несколькими движениями. Так развивается не только артикуляция, но и общая готовность к речевой деятельности.

Практические рекомендации

Чтобы артикуляционная гимнастика приносила устойчивый результат, важно соблюдать несколько простых правил:

- начинать с лёгких упражнений и не ускорять темп;
- использовать зеркало как средство самоконтроля;
- сочетать движения с дыханием и, по возможности, с голосом;
- постепенно увеличивать число повторов и время удержания позы;
- чередовать статические и динамические задания;
- следить за тем, чтобы ребёнок не переутомлялся и сохранял интерес к работе.

При таком подходе артикуляционная гимнастика перестаёт быть формальным этапом занятия. Она становится живым, понятным и очень важным инструментом, который шаг за шагом помогает ребёнку прийти к более точной, свободной и выразительной речи.

3. Нормализация речевого дыхания (см. Приложение 2).

В дошкольном возрасте речевое дыхание часто носит фрагментарный характер: фонация может запускаться на вдохе, в паузе между вдохом и выдохом или сопровождаться резким «сбросом» воздуха, что проявляется как «захлёбывающаяся» речь, быстрая утомляемость голосового аппарата и

нарушение слоговой структуры слова. Нейрофизиологическая норма указывает на постепенное созревание координации «дыхание–фонация–артикуляция» в интервале 7–10 лет, поэтому до этого возраста система требует целенаправленной, поэтапной тренировки. Эталонным типом для речевой деятельности признаётся диафрагмально-рёберное дыхание, которое обеспечивает глубокий контролируемый вдох, плавный экономичный выдох, достаточный для озвучивания развёрнутых фраз, и снижает компенсаторное напряжение шейно-гортанного мышечного комплекса.

Тренировка диафрагмального дыхания строится по принципу «от расслабления к нагрузке», поскольку нарушение последовательности этапов ведёт к формированию компенсаторного грудного дыхания и гипервентиляции. Начинать занятия целесообразно в положении лёжа на спине, когда мышцы корпуса максимально расслаблены и диафрагмальное дыхание проявляется спонтанно: ребёнок кладёт одну ладонь на эпигастрий, другую — на грудь, и учится ощущать, как при вдохе через нос живот мягко поднимается, а при выдохе ртом (губы трубочкой) — плавно опускается, при этом грудная клетка остаётся относительно неподвижной. После уверенного освоения техники в горизонтальном положении переходят к занятиям сидя с опорой на спину, затем — стоя, и лишь затем включают речевую нагрузку: ровный выдох сочетается с протяжным гласным, счётом вслух или проговариванием 2–3 слогов. На всех этапах важно использовать тактильную и визуальную обратную связь (руки на животе и нижних рёбрах), следить за отсутствием подъёма плеч и шумного вдоха, а при появлении признаков утомления или головокружения — возвращаться на предыдущий, более простой уровень.

Когда базовый дыхательный паттерн сформирован, начинается этап речевой дыхательной гимнастики, где выдох становится «контейнером» для фразы. Работа выстраивается по уровням усложнения: от изолированных гласных и открытых слогов — к коротким словам, затем к фразам из 3–5 слов и, наконец, к стихотворным строкам и диалогическим репликам. Для повышения мотивации и автоматизации навыка эффективно использовать игровые форматы: например, упражнение «Мяч-дирижёр», где бросок мяча в пол синхронизируется с выдохом и каждым словом фразы; «Громкостная шкала», при которой одна и та же фраза произносится шёпотом, обычным голосом и уверенным тоном без срыва дыхания; «Шаговый метроном», где произнесение фразы идёт в ритме ходьбы с ударением на стопе; или «Воздушные пузыри», когда длинное предложение разбивается на смысловые отрезки, каждый из которых произносится на отдельном плавном выдохе.

Особое место в системе занимает логоритмика без музыкального сопровождения, которая позволяет снять аудиальную перегрузку,

сфокусироваться на проприоцепции и выстроить точный темпо-ритмический каркас речи. Коррекционный модуль содержит:

- «Слоговая экстраполяция» ведущий задаёт ритм (см. Приложение 3) ческий паттерн из слогов, который ребёнок повторяет в меняющемся темпе;
 - «Лестница выдоха» тренирует удлинение фонационной фазы через последовательное увеличение количества слогов на одном выдохе;
 - «Тактильный синхрон» связывает каждый слог с хлопком или стуком, развивая метроритмическое чувство;
 - «Речевой марш» координирует дыхание с локомоцией, укладывая фразу в заданное число шагов;
 - «Парный мяч» создаёт внешний тактильный референс для контроля выдоха;
 - «Ритм-эхо» развивает слухо-моторную точность через воспроизведение словесных паттернов;
 - «Интонационные ступени» тренируют мелодический контроль при сохранении дыхания;
 - «Тихо–Громко» учит регуляции силы голоса без срыва выдоха;
 - «Фразовые сегменты» формируют навык осмысленного паузирования;
- а упражнение
- «Импульс "глаз–рука–голос"» улучшает сенсомоторную координацию через запуск и удержание звука по визуальному сигналу.

Организация занятий требует соблюдения ряда методических ориентиров: длительность дыхательного блока не должна превышать 3–5 минут в начале работы и 10–12 минут суммарно за занятие; необходимо чередовать статические и динамические задания, речь и отдых, а признаками утомления считать зевоту, покраснение лица или сбивчивый ритм. Визуализация через карточки-подсказки, счётчики выдоха или тактильные маркеры повышает осознанность выполнения, а домашнее сопровождение в формате двух коротких игровых подходов ежедневно закрепляет навык в естественной среде.

Для объективной оценки динамики рекомендуется использовать чек-лист, фиксирующий переход от грудного к диафрагмально-рёберному типу дыхания, увеличение длительности выдоха с 3 до 10 секунд, улучшение фразировки и ритмической устойчивости. Методика полностью соответствует возрастным нейрофизиологическим нормам, может интегрироваться в СИПР, индивидуальные логопедические маршруты и инклюзивные форматы, а при необходимости дополняется приложениями: картой индивидуального дыхательного профиля, визуальными карточками «Вдох–Выдох–Пауза», протоколом динамики и памяткой для родителей.

4.Нормализация голоса и просодики

У дошкольников со стёртой дизартрией просодический компонент высказывания часто выступает наиболее лабильным звеном: голосовой диапазон сужается, высотные и силовые модуляции сглаживаются, речевой выдох теряет управляемость, тембр приобретает тусклость или излишнюю назальность, темп ускоряется, а монотонность постепенно размывает разборчивость, сопровождаясь заметным угасанием голоса к концу фразы.

При сохранности анатомо-физиологической структуры голосообразующего тракта данная картина рассматривается как нейродинамический сбой координации, который успешно корректируется через поэтапную вокально-дыхательную реабилитацию, выстроенную по схеме стабилизации фонационного источника с последующим вплетением просодических параметров в речевой континуум.

Коррекционный маршрут начинается с изолированной проработки гласных фонем, поскольку именно они несут основную акустическую нагрузку, а их артикуляционная открытость позволяет ребёнку сфокусироваться на дозировании выдоха и направленной акустической проекции. На стартовом этапе гласные артикулируются на ровном контролируемом выдохе с установкой на направленное звукоизвлечение, после чего закрепляются плавные вокальные цепочки без пауз, сначала в однородной интенсивности для стабилизации голосового потока, а затем с целенаправленным варьированием громкости и регистра для пробуждения интонационной пластичности.

Для формирования навыка логического выделения и ритмической организации вводятся упражнения со смещением ударного слога внутри одной фонетической структуры, а для интуитивного освоения высотных модуляций гласные интегрируются в короткие образно-мелодические конструкции, где изменение тона синхронизируется с естественными жестами и визуальными метафорами, превращая техническую задачу в игровое исследование. Кинестетическое подкрепление становится обязательным элементом системы: рука специалиста или самого ребёнка выступает живым индикатором параметров голоса, где плавное движение от груди вперёд маркирует длительность, вертикальное перемещение ладони отражает высоту, горизонтальные взмахи регулируют силу, а тактильный отклик фиксирует короткий звук, формируя устойчивую нейромышечную связь между слуховым восприятием, моторным откликом и вокальным контролем.

После достижения стабильного изолированного звучания внимание переключается на качество голосовой атаки: мягкое начало фонации в грудном регистре систематически отрабатывается в серии повторений, что физиологически снижает гиперназальность и выравнивает резонансный

баланс. Только на фоне закреплённого грудного резонанса вводятся согласные, начиная с интервокальных позиций, позволяющих сохранить непрерывность голосового потока. Последовательность усложнения строго подчиняется фонетической иерархии: от сонорных звуков к звонким фрикативным, затем к взрывным и аффрикатам, при этом динамический контраст тренируется через намеренное ослабление первого гласного и усиление второго в рамках одного выдоха. Назальные и ротовые фонемы отрабатываются в сопоставительных рядах с переносом ударения между слогами для оттачивания артикуляционно-вокальной координации.

Спустя несколько занятий, по мере стабилизации слоговой структуры, материал переводится в прагматическое русло: короткие трёхсложные сочетания с пространственными указателями встраиваются в игровые и бытовые контексты, что позволяет закрепить вокальный контроль в условиях реальной коммуникации. На протяжении всего цикла приоритет отдаётся качеству фонации, а не скорости, дыхательная опора постоянно мониторится, а игровая образность и тактильно-зрительные опоры предотвращают утомление, превращая техническую отработку в осмысленный процесс становления живой, эмоционально наполненной речи.

5. Выработка новых произносительных умений и навыков

Алгоритм логопедического вмешательства при стёртой форме дизартрии не следует шаблонным протоколам: он конструируется под нейропсихологический профиль конкретного воспитанника, отталкиваясь от текущей моторной готовности его речевого аппарата. Стартовой точкой коррекции закономерно становится гласный ряд, поскольку именно гласные формируют акустический «каркас» фразы. Их протяжность, тембральная чистота и устойчивость напрямую определяют внятность высказывания, ритмический рисунок и интонационную насыщенность, тогда как согласные, выполняющие преимущественно смысловую функцию, подключаются на последующих этапах, после стабилизации голосовой опоры. Введение гласных выстраивается по принципу нарастающей артикуляторной сложности, опираясь на физиологическую доступность позы и возможности слухового самоконтроля.

На каждой ступени важно не просто получить чёткий звук, но и закрепить навык его контрастного противопоставления уже усвоенным фонемам, формируя устойчивую фонематическую сетку. Согласные звуки включаются в работу строго по лестнице моторной доступности. Процесс начинается с сонорных согласных и их твёрдых вариантов: здесь отрабатывается точная поза органов речи, чёткое разграничение

палатализации и закрепление звучания в открытых слогах. Далее в контур занятий вводятся смычно-взрывные фонемы, требующие умения формировать направленный воздушный импульс и интегрировать его в словесную структуру.

Следующий уровень — щелевые звуки, где фокус смещается на тонкую регуляцию силы и локации выхода воздушной струи. Особое методическое внимание уделяется переднеязычному ряду, наиболее уязвимому при дизартрических искажениях. Движение здесь идёт поступательно: от простых свистящих к шипящим, затем к аффрикатам и комплексным стечениям. Подобная очерёдность не искусственна: она синхронизирована с естественным онтогенезом речевого развития, что минимизирует когнитивную перегрузку и позволяет задействовать зрительные, тактильные и проприоцептивные каналы восприятия, выстраивая плавный переход от изолированных единиц к слитной фразе. Внедрение программы базируется на постепенном расширении контекста: звук трансформируется в слог, слог обрастает словом, а слово вплетается во фразу, сопровождаясь постоянной работой над различением акустически близких единиц. Результативность процесса кратно возрастает при мультисенсорном сопровождении. Воспитанник опирается на зрительный контроль, тактильные маркеры для коррекции позы губ и языка, мышечные ощущения и аудиальный мониторинг собственной речи, что в комплексе с дыхательно-фонационными тренировками гарантирует стабильный выдох и умение управлять громкостью и регистром. Перенос сформированных навыков в спонтанную коммуникацию достигается через поэтапное усложнение речевых ситуаций — от зачитывания текстов к свободному диалогу.

Практическая организация требует дробления материала на короткие интенсивные отрезки с частыми повторами при непрерывном отслеживании динамики, а чередование персональных сессий с групповыми форматами поддерживает мотивацию и социальное моделирование. При возникновении сомнений в функциональной сохранности голосового аппарата тактика согласуется с профильными врачами, а гибкость алгоритма позволяет калибровать темп и методы под возрастные параметры, слуховое восприятие и когнитивные ресурсы ребёнка, обеспечивая результативность коррекции даже при выраженных дефицитах дыхательного контроля или сенсорной интеграции.

6. Выработка коммуникативных умений и навыков

Введение отработанных звуков в экспрессивную речь происходит через систематическое включение их в практические задания: заучивание стихов, составление предложений, рассказывание и пересказывание текстов. Цель - перенести навык произношения из изолированной артикуляции в естественные коммуникативные ситуации.

Речевой материал целесообразно насыщать просодическими средствами - интонацией, ритмом, динамикой и темпом - чтобы ребёнок учился управлять не только звуком, но и его выразительными параметрами. Это помогает формировать выразительную, разборчивую и эмоционально адекватную речь.

Практические приёмы внедрения звуков и просодики:

- задания на заучивание и выразительное исполнение коротких стихотворений и считалок, где целевые звуки повторяются многократно в разных позициях слова;
- составление предложений с обязательным включением целевого звука в начале, середине и конце слова, затем проговаривание этих предложений вслух;
- рассказы и пересказы по картинкам или по опорному плану с акцентом на использование заданных звуков в речи;
- целенаправленная работа над просодикой в ходе одного задания: варьирование высоты голоса (высоко/низко), силы (тихо/громко), темпа (медленно/быстро) при прочтении той же фразы для закрепления контроля;
- упражнения на постановку логического ударения: выделение ключевого слова в предложении и соблюдение пауз до и после него для усиления смысла;
- драматизация и инсценировки коротких диалогов или сценок, где ребёнок специально моделирует разные интонационные варианты (вопрос, утверждение, удивление, просьба) с контролем звучания целевых фонем;
- контрастные задания: читать одно и то же предложение с разной интонацией и просить слушателей определить настроение или смысл, что мотивирует точное управление голосом;
- комбинированные упражнения: сначала ритмическая проговаривка (с хлопками/ходьбой в такт), затем включение интонационных вариаций и произношения целевых звуков в этой ритмической базе;
- запись и прослушивание собственного чтения/пересказа для акустического контроля и самостоятельной самокоррекции;
- постепенный переход от контролируемых упражнений к свободному использованию интонации в спонтанной речи.

Рекомендации по организации занятий:

- начинать с коротких, чётко структурированных заданий; затем увеличивать длину и сложность текстов;
- перед каждым заданием проводить словарную и артикуляционную подготовку: объяснить значение слов, проговорить проблемные слоги;
- поощрять вариативность и творческое использование интонации; давать модели и репетиции;
- отслеживать перенос навыка в естественные ситуации: диалог с педагогом, рассказ о событии, чтение на публике;
- регулярно проводить аудиозапись для объективной оценки прогресса и мотивации ребёнка.

7. Развитие лексико-грамматического строя речи

Формирование способности логично и последовательно формулировать мысли стартует с базовых каркасных приёмов: воспроизведения прослушанного материала при активной поддержке специалиста, который использует наводящие реплики, предметные изображения и хронологически выстроенные визуальные маркеры. В этот период педагог фокусирует внимание воспитанника на причинно-временной логике, последовательно проговаривая ключевые ориентиры (действующее лицо, его действия, временной контекст, мотивация поступков) и демонстрируя соответствующие иллюстрации для закрепления сюжетной линии.

Следующим шагом становится обучение декомпозиции текста и созданию внутреннего алгоритма повествования: сначала вербально, затем в виде тезисных записей. Такой структурный каркас организует мыслительный процесс, гарантируя стройность высказывания через чёткое разграничение экспозиции (обстановка и персонажи), кульминационного эпизода (развитие событий) и развязки (итог или смысловой вывод).

Чтобы активизировать креативное мышление, практикуется модульное воспроизведение сюжета: изолированная проработка завязки, центральной части и финала. Подобный формат стимулирует навык детализации, учит удерживать внимание на микроэпизодах и осознанно управлять динамикой повествования.

Когда способность транслировать сюжет в строгой очередности закреплена, вводятся задания на избирательную реконструкцию: воспитанник самостоятельно фильтрует информацию, оставляя только смыслообразующие фрагменты и отсекая второстепенные детали. Вершиной сложности выступает компрессия текста, требующая умения сжать объём до лаконичного ядра. Для отработки этого умения применяется методика поэтапного сжатия: сначала воспроизводится полная версия, затем материал последовательно редуцируется до трёх-четырёх опорных тезисов.

Независимо от формата задания, предварительный блок всегда включает лексико-семантическую подготовку и разбор смысловой структуры:

расшифровку трудных понятий, выявление логических зависимостей, акцентирование на поворотных моментах и чёткую постановку коммуникативной цели (например, «твоя задача — показать путь главного героя и его преобразования»). Такой подход снимает когнитивное напряжение и переводит абстрактную задачу в зону ближайшего развития.

Завершающая фаза направлена на автономное конструирование высказываний: моделирование по образцу, нарратив по серийным изображениям, трансляция личного опыта или наблюдений. В качестве инструментов поддержки применяются графические алгоритмы (вопросно-ответные схемы), наборы карточек с персонажами и предикатами, а также речевые клише для инициирования и завершения монолога.

Рекомендации для педагога:

- стартовать с минимального объёма материала, постепенно наращивая длину высказывания по мере стабилизации навыка;
- предварять задание чёткими подсказками и визуальными маркерами, снижающими тревожность;
- отрабатывать дискурсивные связки (маркеры начала, развития, следствия и завершения);
- чередовать форматы воспроизведения: развёрнутый, избирательный, компрессионный и импровизационный;
- активно внедрять графические опоры: цепочки иллюстраций, векторные стрелки, упрощённые ментальные карты;
- практиковать парное или коллективное повествование с функцией взаимодополнения, постепенно переводя ребёнка в режим самостоятельного высказывания;
- стимулировать употребление средств когезии: вводных конструкций, сочинительных союзов, анафорических местоимений;
- документировать динамику и визуализировать прогресс для воспитанника (например, сравнивая объём первоначального и текущего высказывания).

8. Развитие связной речи

Работа над навыком чёткого и связного изложения мыслей начинается с простых, опорных приёмов: пересказа, услышанного с поддержкой вопросов, действий и предметных картинок, расположенных в хронологической последовательности. На этом этапе взрослый задаёт наводящие вопросы (кто? что сделал? когда? почему?), показывает иллюстрации и ориентирует ребёнка на последовательность событий.

Далее детей учат выделять части рассказа и составлять план — сначала устно, затем в виде кратких пунктов. Опора на план помогает структурировать мысленный поток и обеспечивает логичность пересказа: введение (кто и где), основное действие (что случилось) и заключение (чем всё закончилось, вывод).

Для развития творческого воображения используют пересказы по фрагментам: отдельно про начало, отдельно про середину и отдельно про конец. Такие задания стимулируют умение детализировать и контролировать продвижение сюжета.

После формирования навыка последовательной передачи содержания переходят к выборочному пересказу: ребёнок отбирает значимые эпизоды и пересказывает их, пропуская второстепенное. Наиболее сложным является сжатый (краткий) пересказ, где требуется выделить и лаконично передать только главное. Для его освоения полезны упражнения на сокращение: попросить ребёнка сначала пересказать подробно, затем сокращать текст, оставляя 3–4 ключевые фразы.

Перед любым видом пересказа обязательно проводится словарная работа и анализ текста: объяснение незнакомых слов, разъяснение причинно-следственных связей, проговаривание ключевых эпизодов и целевая установка («сейчас ты перескажешь, кто главный герой и что с ним произошло»). Это повышает понимание и делает задачу выполнимой.

Следующий этап - самостоятельное сочинение и рассказывание: по аналогии с известными сюжетами, по серии сюжетных картинок, по собственному опыту и наблюдениям. Для этого используют опорные схемы (план-вопросы), карточки с героями и действиями, модельные фразы для начала и завершения рассказа.

Практические приёмы и рекомендации:

- начинать с коротких текстов и увеличивать длину по мере прогресса;
- давать чёткие опорные вопросы и карточки-подсказки перед пересказом;
- работать над связками между предложениями (сначала, потом, затем, вследствие этого, в конце);
- тренировать разнообразные типы пересказа: подробный, выборочный, сжатый, творческий;
- использовать визуальные опоры: последовательные картинки, стрелки, простые схемы-планы;
- вводить совместный пересказ в паре или группе (один рассказывает, другие дополняют), затем переходить к самостоятельной речи;
- поощрять использование языковых средств для связности: вводные слова, союзы, местоимения;
- фиксировать результаты и показывать ребёнку прогресс (например, «раньше было 2 предложения, теперь 6»).

9. Развитие мелкой моторики (см. Приложение 4)

Дети дошкольного возраста со стёртой дизартрией испытывают значительные трудности в освоении навыков самообслуживания и в овладении мелкой моторикой. На занятиях по рисованию они нередко слабо держат карандаш и демонстрируют повышенное напряжение кистей; при аппликационной деятельности заметны проблемы с пространственным

расположением деталей. Сложности с тонкими дифференцированными движениями рук проявляются в пробах пальчиковой гимнастики. У школьников в первом классе эти нарушения чаще всего осложняют освоение графических навыков и письмо.

Работу по развитию мелкой моторики следует начинать как можно раньше. Ранние упражнения стимулируют активные точки, функционально связанные с корой головного мозга, и тем самым способствуют общей двигательной-речевой реабилитации. В дошкольном и младшем школьном возрасте предпочтительны простые, повторяемые движения, сопровождаемые рифмованными текстами или игровыми инструкциями; одновременно важно формировать бытовые умения: застёгивать пуговицы, завязывать шнурки, пользоваться столовыми приборами. В старшем дошкольном возрасте систематическая работа над мелкой моторикой и координацией рук должна стать неотъемлемой частью подготовки к школе и, прежде всего, к письму.

Почему это критично? Центры, отвечающие за речь и за движение пальцев, в коре головного мозга расположены близко друг к другу. Активизируя тонкую моторику, мы вовлекаем соседние участки коры, что благотворно влияет на речевые функции: улучшается артикуляция, дыхательный и речевой контроль, повышается общая координация. Поэтому развитие мелкой моторики — не второстепенная задача, а важный нейропедагогический ресурс.

Задача педагога — не только проводить целевые занятия, но и доносить до родителей практическую значимость домашних игровых упражнений. Родители должны понимать: чтобы заинтересовать ребёнка и помочь усвоить новые навыки, обучение следует превращать в игру, сохранять последовательность и терпение, не отказываться при первых неудачах и поощрять ребёнка за попытки и успехи.

Подборка простых игр и упражнений на развитие мелкой моторики, пригодных для занятий в кабинете логопеда и дома:

- пальчиковая гимнастика в стихах (короткие рифмы с повторяющимися движениями);
- нанизывание бусин на шнурок, сортировка по цвету и размеру;
- работа с пластилином: скатывание шариков, изготовление «колбасок» и «трубочек»;
- перебирание и выкладывание мелких предметов (пуговиц, фасоли) по контурам рисунка;
- вырезание по контуру и раскладывание деталей аппликации в пространстве;
- перекладывание предметов пинцетом или палочками для еды для тренировки щипкового захвата;
- застёгивание/расстёгивание пуговиц, молний, пряжек на специальных панелях или одежде;
- игры с прищепками (закрепление на картонке, перенос прищепки из точки в точку);
- шнуровки и завязывание бантов на картонных «ботинках»;

- рисование и обводка мелких узоров, штриховка в пределах заданного контура;
- пальчиковое рисование в крупной манке, крупе или соли для развития ощущений и контроля движения;
- упражнения с мелкими игровыми элементами (конструктор, мозаика) для развития координации и планирования действий.

Рекомендации по организации работы:

- планируйте ежедневные короткие занятия (5–10 минут для малышей, 10–20 минут для старших детей);
- чередуйте упражнения на силу, точность и скорость движений;
- используйте речевое сопровождение (стихи, считалки), чтобы объединить моторику и артикуляцию;
- постепенно повышайте сложность заданий, наблюдая за утомлением и уровнем фрустрации ребёнка;
- включайте бытовые навыки в игровой контекст, делая их мотивирующими и значимыми;
- фиксируйте позитивные изменения и делитесь ими с родителями, давая простые домашние задания.

10. Развитие общей моторики (см. Приложение 5).

Воспитанники с диагнозом стёртой дизартрии нередко проявляют заметную двигательную дискоординацию: диапазон волевых моторных актов сужен, а мышечный аппарат быстро истощается даже при умеренных функциональных нагрузках. Статическое равновесие (например, стойка на одной опоре) остаётся неустойчивым, динамические задачи вроде одноопорных прыжков или выполнения «мостика» вызывают затруднения.

Кинестетическое подражание также страдает: дети с трудом копируют базовые образно-игровые жесты (шаг марширующего, полёт птицы). Наиболее отчетливо данные дефициты визуализируются во время занятий физической культурой и музыкальной ритмикой, где воспитанники не успевают за общим темпом, сбиваются с ритмического рисунка и демонстрируют замедленную переключаемость между моторными программами и вербальными инструкциями.

Систематическая двигательная коррекция решает комплекс взаимосвязанных задач:

- актуализирует общий тонус и расширяет физический ресурс воспитанника;
- углубляет схему тела, формируя осознанное восприятие его функциональных границ;

- оптимизирует межполушарное взаимодействие, стабилизирует баланс и постуральный контроль;
- активизирует тактильно-кинестетические рецепторы и проприоцептивный анализатор;
- снижает психофизиологическую утомляемость при серии последовательных моторных актов;
- гармонизирует моторно-речевой дуэт, выступая фундаментальным элементом комплексной логопедической терапии.

Принципы организации коррекционного процесса:

- стартовать с минимальных дозировок и элементарных моторных паттернов, плавно наращивая хронометраж и координационную нагрузку;
- дозировать активность волнообразно, обязательно интегрируя фазы мышечного расслабления и дыхательной нормализации для профилактики перегрузок;
- насыщать практику сюжетно-ролевыми и имитационными сюжетами (образы фауны, социальных ролей), что трансформирует утомительную тренировку в мотивирующую игру;
- эксплуатировать стабилизирующий инвентарь (напольные маркеры, гимнастические маты, тактильные дорожки, поручни) для создания психологического и физического ощущения защищённости;
- акцентировать внимание на кинестетических заданиях: перемещение по узкой опоре, преодоление микропреград, транспортировка объектов, шаги по наклонным или приподнятым поверхностям;
- выстраивать кросс-латеральные связи через ритмизированные шаги, перекрёстные перестроения и базовые танцевальные связки, постепенно модифицируя темп и двигательные комбинации;
- тренировать статическую устойчивость: от поддерживаемой одноопорной стойки к автономному удержанию равновесия;
- активировать рецепторный аппарат ладоней и стоп посредством сенсорных маршрутов и мелкомоторных манипуляций, что глобально усиливает двигательную регуляцию;
- внедрять трёхступенчатую модель освоения: визуальный эталон от педагога → совместное исполнение → автономное воспроизведение;
- интегрировать вербальный компонент в локомоцию (ритмичные считалки, комментирование действий), обеспечивая параллельную активацию речевого и моторного контуров.

Двигательные упражнения (в статике и динамике):

- «Опорный мост»: прогибание корпуса на фитболах или валиках с последующим переходом к самостоятельной фиксации позы;

- балансировочные треки: перемещение по начерченным линиям и напольным балансирам различной конфигурации для оттачивания равновесия;
- прыжковая серия: старт с двустороннего отталкивания, переход к одноопорным прыжкам с наращиваемой амплитудой и акцентом на мягкое приземление;
- ролевые пантомимы: образные трансформации («летающая стая», «строевой шаг»), фокусирующие внимание на плавности и ритмическом рисунке;
- дуэтные координационные связки: синхронизированный обмен мячом или другими объектами в заданном метрономе;
- темповые переключения: замедленный марш с последующим форсированием темпа по сигналу; быстрая смена локомоций «стойка - бег - скачок»;
- кинестетические нагрузки: передвижение с микроутяжелителями на конечностях, броски мягкого снаряда в цель при сохранении одноопорной стойки;
- восстановительные интервалы: серии дыхательных пауз, стретчинг и миофасциальное расслабление для купирования гипертонуса и психофизической усталости.

Алгоритм построения коррекционных сессий:

- дробить практику на частые микро-сессии (для дошкольников – 2-3 подхода по 5-7 минут, для старших воспитанников - единый блок до 20-25 минут);
- гармонично комбинировать парно-групповые форматы с персональным сопровождением: коллектив задаёт эталон и поддерживает интерес, а индивидуальная работа позволяет дозировать нагрузку под конкретный дефицит;
- непрерывно мониторить признаки усталости, оперативно модифицировать интенсивность, вести объективный учёт динамики и вербализировать даже минимальные успехи;
- транслировать коррекционные векторы в семейную среду: инструктировать законных представителей по безопасному выполнению домашних моторных практик и регулярной поддержке ребёнка.

Список литературы

1. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений – М: Издательский центр «Академия», 2021 – 192с.
2. Архипова, Е. Ф. Коррекционно-логопедическая работа по преодолению стертой дизартрии у детей [Текст] / Е. Ф. Архипова. – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 254 с.

3. Анатомия речи: как отстроить речь у детей с особенностями развития: уникальный путеводитель/ Н.Кулькова – Ростов –на-Дону: Феникс,2022 – 120с.:ил. – (Особенные дети)
4. Дьякова Е.А.Логопедический массаж при разных формах дизартрии – М:В.Секачев,2020, III издание – 156с.
5. Визель Т.Г. Логопедические упражнения на каждый день для выработки четкой речи- М: В.Секачев,2021 – 16с.
6. Попов С. Н. Физическая реабилитация. 2005. — С.608.
7. Корнев, А. Н. Нарушение чтения и письма у детей / А. Н. Корнев. – СПб.: Речь, 2003. – 330 с.
8. Крупенчук, О. И., Воробьева, Т. А. Исправляем произношение.Комплексная методика коррекции артикулярных расстройств / О. И. Крупенчук, Т. А. Воробьева. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2007. – 96 с.

Информационно-методическое обеспечение

Для реализации задач программы используются следующие методические пособия и дидактические материалы:

1. Смирнова И. А. Логопедический альбом для обследования звукопроизношения. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004.
2. Смирнова И. А. Логопедический альбом для обследования фонетикофонематической системы речи. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004.
3. Нищева Н. В. Игрушка 1. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012
4. Ткаченко Т.А «Коррекция нарушений слоговой структуры слова»
5. Агранович «Логопедическая работа по преодолению нарушений слоговой структуры слова у детей»
6. Бабина Г.В., Сафонкина Н.Ю. «Слоговая структура слова: обследование и формирование у детей с недоразвитием речи».
7. Дедюхина Г.В. «Работа над ритмом в логопедической практике»
8. Большакова С.Е. «Преодоление нарушений слоговой структуры слова у детей».
- 9.Быкова И.А. «Обучение детей грамоте в игровой форме» — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009.
10. Гризик Т.И., Климанова Л.Ф., Тимощук Л.Е. «Развитие речи и подготовка к обучению грамоте» - М. : ПРОСВЕЩЕНИЕ, 2006
11. Картушина М.Ю. «Конспекты логоритмических занятий» - М.: Творческий Центр СФЕРА, 2007- 45

Логопедический массаж.

Любая программа логопедического массажа, как правило, состоит из пяти массажных комплексов, в строгом соответствии со строением периферического речевого аппарата, его функциями и теми задачами, которые решаются в процессе коррекционного воздействия.

Составляя индивидуальную программу, логопед должен определить, какие комплексы массажа должны быть включены в нее, определить время работы с каждым комплексом.

Основные комплексы логопедического массажа.

№	Область массажных движений	Основные коррекционные задачи
1	Области плечевого пояса и верхней части груди и шеи; дна полости рта	Нормализация мышечного тонуса в области в области дыхательного и вокального аппарата. Рефлекторно оказывает воздействие на жевательные мышцы, мышцы окружности рта и на скелетные мышцы языка. Способствует регуляции эмоционального состояния в целом.
2	Область лба, круговой мышцы глаз	Нормализация мышечного тонуса мимических мышц верхней части лица, жевательных мышц (в частности височной мышцы). Способствует регуляции эмоционального состояния в целом.
3	Область нижней части лица (жевательная, скуловая, щечная, подбородочная области)	Нормализация тонуса всех мышц окружности рта, а также группы жевательных мышц.
4	Мышцы окружности рта (круговая, большая и малая скуловые, поднимающие угол рта, верхнюю губу и крыло носа, щечная, опускающие угол рта, нижнюю губу, подбородочная)	Нормализация тонуса круговой мышцы рта и отдельных мышц в составе мышц окружности рта
5	Мышцы языка: а) область дна полости рта б) мышцы языка (видимая часть	Нормализация мышечного тонуса: а) скелетных мышц языка б) собственно мышц языка и частично

языка)	скелетных мышц языка
--------	----------------------

Комплекс массажных движений составляется с учетом того, какая группа движений больше нарушена. Массаж должен включать все группы мышц, потому что они взаимосвязаны.

Массаж может проводится каждый день или через день, но не реже двух процедур в неделю. Массаж проводят циклом по **10-15 процедур**. Эти циклы можно повторять с **перерывом от двух недель до двух месяцев**.

возраст	2-3 года	4-7 лет	Подростки и взрослые
Длительность массажа	3-15 мин.	5-25мин.	25-40 мин.

разброс временных параметров зависит от тяжести нарушения и этапа коррекционной работы.

Во время проведения массажа логопеду не следует молчать. В зависимости от поставленных целей логопед может на примере речевого материала демонстрировать ребенку необходимую для усвоения технику речи с соответствующим темпо-ритмом и интонацией, с четко определенными паузами.

Постановка звуков во время проведения логопедического массажа.

В процессе выполнения массажа логопед осуществляет формирование правильных артикуляционных укладов и так называемое «вызывание» звуков. Постановка звуков проводится в процессе сеанса массажа, либо сразу после массажа в положении лежа.

Приложение 2.

Речевая дыхательная гимнастика

На завершающем этапе работы над дыханием в упражнения вводят слоги, слова, фразы, четверостишия и т. д. с целью:

- распределение экономного выдоха на протяжении всего высказывания.
- сохранение темпо-ритмической и звуко-слоговой структуры высказывания.

Слоги на одном выдохе

па	по			
па	по	пу		
па	по	пу	пы	
па	по	пу	пы	пэ

апа	апо			
апа	апо	апу		
апа	апо	апу	апы	
апа	апо	апу	апы	апэ
спа	спо			
спа	спо	спу		
спа	спо	спу	спы	
спа	спо	спу	спы	спэ

и другие звукосочетания, но с правильно произносимыми звуками.

Слова на одном выдохе

счет до 5, до 10.

дни недели

времена года

названия месяцев

Фразы на одном выдохе

Пословицы:

Береги нос в большой мороз.

Без труда не вынешь и рыбку из пруда.

Всякой вещи своё место.

Делу время, а потехе час.

Любишь кататься - люби и саночки возить и т. д.

Загадки:

Без рук, без топорёнка построена избёнка. (Гнездо)

Лежал, лежал да в реку побежал. (Снег)

Нырляла, нырляла да хвост потеряла. (Иголка)

По горам, горам, горам ходят шуба да кафтан. (Баран)

Зимой и летом одним цветом. (Ёлка)

В воде родится, а воды боится. (Соль)

Стою на крыше, всех труб выше. (Антенна)

Течёт, течёт - не вытечет. Бежит, бежит - не выбежит. (Река)
Пушистая вата плывёт куда-то. Чем вата ниже, тем дождик ближе. (Облака)
Меня часто зовут, дожидаются, а приду - от меня укрываются. (Дождик)
Два конца, два кольца, а посередине гвоздик. (Ножницы)
Под кочкою крошка, только шляпка да ножка. (Гриб)
Режу, режу - крови нет, еду, еду - следу нет. (Лодка)
Кто на себе свой дом таскает? (Улитка)
Кто ходит без ног? (Часы)
Упадёт - подскочет, ударишь - не плачет. (Мячик)
Ела, ела дуб, дуб, поломала зуб, зуб. (Пила)
Мягкие лапки, а в лапках царапки. (Кошка)
Летом вырастают, а осенью опадают. (Листья)
Кто не лает, не кусает, а в дом не пускает? (Замок)
Зонтик я - весь белый, белый. Я большой и очень смелый.
Я по воздуху летаю, с облаков людей спускаю. (Парашют)

Произнесение предложений на одном выдохе под мяч

Примечание: каждое слово предложения сопровождается броском мяча об пол.

Меня зовут Вася (3 броска мяча).

Мне пять лет (3 броска мяча).

Мою маму зовут Лена (4 броска мяча).

Моего папу зовут Николай Иванович (5 бросков).

И другие предложения в ответ на вопросы логопеда.

Чтение стихотворения, во время которого каждое слово сопровождается броском мяча об пол.

Труба трубит, труба поёт,
Идёт по улице народ.
Трубач трубит в трубу не зря:
Сегодня праздник Октября!

Мяч бросали мы друг дружке,
Прыгал мячик, как лягушка.
А потом исчез куда-то,
Не нашли его ребята.

Травка зеленеет, солнышко блестит,
Ласточка с весною в сени к нам летит.

Утром рано малышок
В школу к нам стучится.
Открывайте шире дверь,
Я пришёл учиться.

Приложение 3

Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения

Цель: Тренировка речевого дыхания при выполнении движений.

Зима (стихи И.П. Макридиной)

Вот снежинки вниз летят,
На дома и на ребят.
Мы на улицу пойдём.
И в снежки играть начнём.

Падай снег, веселей!

Будет всё вокруг белей.

Руки подняты вверх, постепенно опускаются, кисти изображают падающие снежинки.

Руки вверх-вниз.

Ходьба на месте с размахиванием руками.

Наклонились, «слепили снежок», бросили.

Руки вверх, постепенно опускаются, кисти ритмично опускаются и поднимаются вверх.

Круговые движения руками.

Домашние животные (названия домашних животных даны с уменьшительно-ласкательными суффиксами)

Рядом с человеком кошечки живут.

И собачки верно дом свой стерегут.

Нам дают коровки мясо, молоко.

Козочки, овечки прыгают легко.

Поросётам толстым тяжело ходить,

Лучше уж лошадкой резвою побыть.

*Шагаем тихо, неслышно, руками делаем движения, имитирующие «умывание» кошечкой мордочки.
Руки за спиной, слегка наклонившись, идем вокруг себя.
Руки согнуты у головы, указательные пальцы имитируют рожки.
На носочках прыгаем, руки на поясе.
Руки полусогнуты впереди туловища, шагаем на месте, переваливаясь.
Бег на месте с высоким поднятием колен.*

Осень

*Дни становятся короче,
Но зато длиннее ночи.
Листья жёлтые кружатся,
Тихо на асфальт ложатся.
Птицы улетают в тёплые края.
«До свиданья, птицы», - говорю им я.
Грустно стало очень,
Потому что осень.
Прямые руки в стороны, перед собой.
Руки в стороны.
Руки вверх, медленно опускаются.
Кисти двигаются, имитируя падающие листья.
Дети приседают, кисти рук касаются пола.
Стоя на носочках, машут прямыми руками, как крыльями.
Машут правой поднятой рукой.
Руки опущены, голова наклонена.*

Птицы

*Птицы так всегда летают,
Так все птицы отдыхают,
Так все птицы корм клюют,
А вот все воду пьют.
Стоя на носочках, дети машут руками, как крыльями.
Присели, прямые руки заведены слегка назад.
Встали, резкие наклоны головы:
Стоят, голова наклонена вперед, потом откидывается назад.*

Транспорт

Мы поедem на машине.

В самолёте полетим.

А ещё на пароходе

Тоже плавать мы хотим.

Транспорт любят

Выстраиваемся в цепочку, движемся вперед, рулим воображаемым рулем.

Продолжаем двигаться, только руки расставлены в стороны.

Делаем руками движения, как будто плывем.

Движемся вперед, слегка топая ногами.

Повороты вправо-влево, стоим на месте, руками делаем движения,

указывающие на разные виды транспорта.

Стоим на месте, указательным пальцем правой руки делаем грозящие движения.

Все на свете.

И троллейбус,

И трамвай,

И автобус, поезд тоже.

Правила лишь соблюдай.

Приложение 4

Развитие мелкой (тонкой) моторики рук

Упражнения для развития тактильной чувствительности и сложнокоординированных движений пальцев и кистей рук.

1. Сенсорное погружение в сыпучие среды

Ребёнок попеременно погружает кисти в ёмкости с различными по тактильным свойствам наполнителями (вода, песок, гречка, рис, мелкие бусины, пластиковые гранулы). В течение 5–10 минут выполняются плавные перемешивающие движения, позволяющие адаптировать рецепторы к новой фактуре. После серии проб воспитаннику предлагается с закрытыми глазами определить материал, опираясь исключительно на общие тактильные ощущения, без активного ощупывания отдельных элементов пальцами.

2. Тактильное распознавание графem и символов на теле

Педагог «пишет» пальцем на ладони ребёнка (поочерёдно правой и левой) простые фигуры, цифры или буквы. Задача воспитанника — опознать знак, не видя его визуально, и назвать или показать соответствующую карточку. Упражнение активизирует межполушарное взаимодействие и тактильно-пространственное восприятие.

3. Идентификация предметов и знаков через мануальное обследование

Ребёнок с закрытыми глазами определяет на ощупь предложенный объект, букву или цифру, работая попеременно правой и левой рукой. Усложнённый

формат: одна рука исследует предмет, а другая (при открытых глазах) одновременно фиксирует его образ в виде схематичного рисунка. Это развивает связь между тактильным анализом и зрительно-моторной координацией.

4. Пластилинография с элементами тактильного опознания

Дети лепят из пластилина геометрические формы, печатные, а для школьников — и прописные буквы. После изготовления фигуры предъявляются для идентификации с закрытыми глазами: ребёнок должен на ощупь определить, что именно он слепил. Упражнение укрепляет мелкую моторику, развивает проприоцепцию и зрительно-тактильную память.

5. Пальцевая гимнастика «Шлепки-переборы»

Исходная поза: сидя на пятках, локти согнуты, ладони развёрнуты вперёд, большой палец противопоставлен остальным. Одновременно обеими руками выполняются ритмичные лёгкие касания каждым пальцем (от указательного к мизинцу и обратно) большого пальца. Темп постепенно ускоряется. Задание тренирует переключаемость, ритмичность и изолированные движения пальцев.

6. Упражнение «Резиночка» на координацию пальцев

Используется мягкая резинка диаметром 4–5 см. Все пять пальцев одной руки вставляются в резинку. Задача — за счёт согласованных движений всех фаланг передвинуть резинку по кругу (на 360°) сначала в одну, затем в обратную сторону. Выполняется поочерёдно каждой рукой. Развивает силу, ловкость и межпальцевую координацию.

7. Перекатывание стержня между фалангами

Ребёнок поочерёдно каждой рукой перекатывает карандаш или тонкий цилиндр от большого пальца к мизинцу и обратно, удерживая предмет только за счёт движений пальцев, без помощи ладони. Упражнение улучшает манипулятивные навыки и подготовку к письму.

8. Творческая аппликация «Разноцветные снежинки» (4+)

Цель: развитие мелкой моторики, усидчивости, эстетического восприятия.

Материалы: плотная белая бумага, безопасные ножницы, фломастеры.

Педагог демонстрирует технику вырезания ажурных снежинок. После создания нескольких заготовок вводится игровой сюжет: «Снежинки стали разноцветными!». Дети раскрашивают изделия, что требует точных, плавных

движений кисти. Плотная бумага предотвращает разрывы, а закрашивание мелких элементов эффективно тренирует зрительно-моторную координацию.

9. Зеркальное повторение пальцевых конфигураций (модификация «Обезьянки» Б. П. Никитина)

Взрослый, располагаясь напротив ребёнка, формирует пальцами одной руки определённую позу (комбинация согнутых/выпрямленных пальцев). Задача воспитанника — воспроизвести эту же конфигурацию зеркально (так как партнёр сидит напротив). При трудностях выполнение начинается в позиции «рядом», что упрощает копирование. Упражнение развивает зрительно-моторную память, пространственную ориентировку и умение удерживать сложную позу кисти.

10. Графические игры и лабиринты

Для детей со слабой ручной умелостью эффективны игровые формы рисования: обведение трафаретов геометрических фигур, «гонки» по контурам, прохождение лабиринтов. Особый интерес вызывает взаимное конструирование лабиринтов: ребёнок рисует путь для взрослого и наоборот. Использование готовых или самодельных трафаретов (животные, предметы) снижает тревожность и делает процесс обучения письму увлекательным.

11. Манипуляции с бытовыми предметами как ресурс для моторики

Преимущество данного блока — доступность: не требуется специализированное оборудование, достаточно подручных средств (прищепки, пуговицы, бусины, крупы).

Рисование на крупе: на яркий поднос равномерно насыпается мелкая крупа. Педагог проводит пальцем ребёнка, оставляя контрастный след, затем малыш самостоятельно создаёт хаотичные или целенаправленные линии (забор, дождь, буквы).

Пуговичная мозаика: из пуговиц разного размера и цвета выкладываются узоры по образцу, а затем — по собственному замыслу ребёнка (снеговик, бабочка, геометрический орнамент). Задание тренирует пинцетный захват, зрительный контроль и творческое мышление.

"У сосны, у тихты, елки

Очень колкие иголки.

Но еще сильнее, чем ельник,

Вас уколёт можжевельник".

Возьмите решетку для раковины (обычно она состоит из множества клеточек). Ребенок ходит указательным и средним пальцами, как ножками, по этим клеткам, стараясь делать шаги на каждый ударный слог. "Ходить" можно поочередно то одной, то другой рукой, а можно - и двумя одновременно, говоря:

*"В зоопарке мы бродили,
К каждой клетке подходили
И смотрели всех подряд:
Медвежат, волчат, бобрят".*

Берем пельменницу. Ее поверхность, как вы помните, похожа на соты. Малыш двумя пальцами (указательным и средним) изображает пчелу, летающую над сотами:

*"Пальцы, как пчелы, летают по сотам
И в каждую входят с проверкою: что там?
Хватит ли меда всем нам до весны,
Чтобы не снились голодные сны?"*

Насыпаем в кастрюлю 1 кг гороха или фасоли. Ребенок запускает туда руки и изображает, как месит тесто, приговаривая:

*"Месим, месим тесто,
Есть в печи место.
Будут-будут из печи
Булочки и калачи".*

Насыпаем в кружку сухой горох. Ребенок на каждый ударный слог перекладывает горошины по одной в другую кружку. Сначала одной рукой, затем двумя руками одновременно, попеременно большим и средним пальцами, большим и безымянным, большим и мизинцем. Четверостишия подбираются любые.

Насыпаем горох на блюдце. Ребенок большим и указательным пальцами берет горошину и удерживает ее остальными пальцами (как при сборе ягод), потом берет следующую горошину, потом еще и еще - так набирает целую горсть. Можно делать это одной или двумя руками. Две пробки от пластиковых бутылок кладем на столе резьбой вверх. Это -

"лыжи". Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на "лыжах", делая по шагу на каждый ударный слог:

*"Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,
Мы любим забавы холодной зимы".*

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно. Ребенок собирает спички (или счетные палочки) одними и теми же пальцами разных рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д.

Строим "сруб" из спичек или счетных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.

Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) поочередно "кусаем" ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

*"Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: "Кыш!"*

Берем веревку (толщиной с мизинец ребенка) и завязываем на ней 12 узлов. Ребенок, перебирая узлы пальцами, на каждый узел называет месяц года по порядку. Можно сделать подобные приспособления из бусин, пуговиц и т.д. Натягиваем веревку на уровне плеч ребенка и даем ему несколько бельевых прищепок. На каждый ударный слог ребенок цепляет прищепку к веревке:

*"Прищеплю прищепки ловко
Я на мамину веревку".*

Ребенок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый мешочек) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

Ребенок катает грецкий орех между ладонями и приговаривает:

*"Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех".*

Два грецких ореха ребенок держит в одной руке и вращает их один вокруг другого.

12. Игры - шнуровки Марии Монтессори:

- развивают сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук;
- развивают пространственное ориентирование, способствуют пониманию понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева"
- формируют навыки шнуровки (шнурование, завязывание шнурка на бант);
- способствуют развитию речи;
- развивают творческие способности.

В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика), а это в свою очередь влияет на формирование головного мозга и становления речи. А также, что не маловажно, игры-шнуровки Монтессори косвенно готовят руку к письму и развивают усидчивость.

Приложение 5

Развитие общей моторики

Упражнения на повышение уровня активации.

Комплекс приёмов самомассажа и сенсорно-моторной активации для нормализации мышечного тонуса и развития ощущения собственного тела

1. Самомассаж ушных раковин

Ребёнок большим и указательным пальцами бережно фиксирует мочку уха, после чего выполняет мягкие разминающие движения по всему контуру ушной раковины: от нижней части к верхней и обратно. Движения должны быть плавными, ритмичными, без избыточного давления. Упражнение способствует активации рефлексогенных зон, снижению психоэмоционального напряжения и улучшению слухового внимания.

2. Самомассаж боковых поверхностей пальцев рук

Подушечками пальцев одной руки ребёнок выполняет лёгкие растирающие и поглаживающие движения по боковым граням пальцев другой руки, двигаясь от ногтевой фаланги к основанию. Затем руки меняются. Приём стимулирует тактильную чувствительность, улучшает нервно-мышечную связь кисти и готовит руку к графическим нагрузкам.

3. Упражнение на хлопки с изменением положения кистей

Исходное положение: пальцы максимально разведены. Ребёнок выполняет серию хлопков так, чтобы поверхности пальцев обеих рук полностью соприкасались. Далее хлопки производятся сжатыми в кулак кистями, при этом ориентация тыльной поверхности последовательно меняется: вверх → вниз → наружу → внутрь. Задание развивает межполушарное взаимодействие, переключаемость и умение контролировать положение рук в пространстве.

4. Самомассаж волосистой части головы

Пальцы рук слегка согнуты, кисти расслаблены. Плавными, непрерывными движениями обе руки одновременно перемещаются от ушей к макушке, выполняя мягкое поглаживание. Упражнение оказывает релаксирующее воздействие, снижает мышечные зажимы в шейно-воротниковой зоне и способствует улучшению концентрации.

5. Попеременный самомассаж рук с помощью противоположной кисти

Ладонью одной руки ребёнок обхватывает запястье другой и выполняет скользящие растирающие движения в направлении от кисти к плечевому суставу и обратно, с акцентом на зоны предплечья и локтевого сгиба. Затем руки меняются. Приём активизирует кровообращение, снимает локальное мышечное напряжение и помогает формировать схему тела.

6. Самомассаж ног (бёдер, голеней, стоп)

Ребёнок самостоятельно выполняет поглаживающие и растирающие движения в области бёдер, икроножных мышц, пальцев стоп и подошвенной поверхности. Движения направляются преимущественно снизу вверх (по ходу лимфотока). Упражнение улучшает кровообращение в тканях, снижает утомляемость при статических нагрузках и укрепляет ощущение собственного тела.

Методическое примечание: В данный блок допустимо интегрировать дополнительные формы сенсорно-моторной активации: элементы точечного и сегментарного массажа, упражнения на развитие пинцетного захвата и мелкой моторики, тактильные дорожки с вариативной фактурой, хождение босиком по поверхностям с разными сенсорными характеристиками. Комбинирование приёмов повышает адаптационные возможности ребёнка и усиливает интеграцию различных видов чувствительности.

Упражнения, направленные на регуляцию мышечного тонуса.

Психомышечная тренировка: чередование напряжения и расслабления как основа саморегуляции.

Базовый принцип данного комплекса строится на осознанном контрасте: кратковременное предельное напряжение определённых мышечных групп с последующим глубоким, контролируемым расслаблением. Такая последовательность формирует у ребёнка навык дифференциации мышечных усилий, снижает психоэмоциональное перевозбуждение и укрепляет проприоцептивную чувствительность.

1. «Лодочка»

Исходная позиция: лёжа на спине, конечности выпрямлены, руки вытянуты за голову. По сигналу воспитанник синхронно поднимает прямые ноги, руки и голову, фиксируя статическую позу на максимально возможное время. Движение повторяется в позиции лёжа на животе.

Методический акцент: укрепление мышечного корсета спины и брюшного пресса, развитие статической выносливости.

2. Лёжа на спине (ноги соединены, руки вдоль туловища), ребёнок приподнимает голову и плечевой пояс так, чтобы взгляд был направлен на собственные стопы. Поза удерживается до появления лёгкого мышечного утомления.

Методический акцент: активация шейно-воротниковой зоны, тренировка вестибулярной устойчивости.

3. В положении лёжа на животе кисти размещены за затылком, локти разведены. Выполняется подъём верхней половины корпуса при сохранении полной неподвижности нижних конечностей.

Методический акцент: изолированная проработка разгибателей спины без вовлечения ног.

4. «Снеговик»

В позиции стоя ребёнку предлагается вообразить себя свежевылепленной фигурой из плотного снега: всё тело максимально напряжено, мышцы «заморожены». Педагог аккуратно проверяет устойчивость, слегка касаясь плеч или спины. По команде начинается постепенное «таяние»: напряжение снимается сверху вниз (голова → плечи → руки → корпус → ноги), а затем в обратном порядке.

Методический акцент: обучение осознанному контролю за мышечным тонусом и плавному переходу в состояние покоя.

5. «Дерево»

Стартовая поза: глубокий присед, подбородок прижат к коленям, руки обхватывают голени (стадия «семени»). Воспитанник крайне медленно распрямляется, вытягиваясь вверх и напрягая всё тело («ветви тянутся к свету»). На сигнал «сильный ветер» происходит имитация надлома: резкий наклон в пояснице, полное расслабление рук, шеи и корпуса, при этом таз и ноги остаются зафиксированными.

Методический акцент: развитие контрастного управления тонусом (напряжение/расслабление разных сегментов тела).

6. Лёжа на спине, колени согнуты, стопы плотно прижаты к полу, руки вдоль корпуса. В течение 60 секунд выполняется имитация бега с активным ударным касанием стоп об пол, при этом плечевой пояс и голова сохраняют абсолютную неподвижность. По завершении следует фаза полного покоя с закрытыми глазами, сопровождаемая вербальной релаксацией.

Методический акцент: дифференциация мышечных усилий, снятие гипертонуса через контрастное движение.

7. «Кощей бессмертный»

И.п. — сидя на пятках (в дальнейшем — стоя). Руки отведены в стороны, согнуты в локтях, предплечья и кисти свободно свисают вниз, образуя прямую линию с плечевым поясом. При первоначальных трудностях допускается использование гимнастической палки для фиксации уровня плеч. Педагог поочерёдно слегка раскачивает расслабленные предплечья, добиваясь эффекта маятника.

Методический акцент: формирование ощущения «свободного веса» конечностей, снятие блоков в плечевом поясе.

8. «Марионетки»

Дети визуализируют себя как театральных кукол. Участок тела, за который «привязана нить», остаётся напряжённым и статичным, а все остальные зоны максимально расслаблены и свободно покачиваются. Ведущий меняет темп и точку фиксации, заставляя ребёнка быстро переключать локализацию тонуса.

Методический акцент: тренировка произвольного распределения мышечного напряжения, развитие переключаемости.

9. «Кулачки»

Согнув руки в локтях перед грудью, ребёнок ритмично сжимает и разжимает кисти, постепенно наращивая частоту движений до наступления выраженного мышечного утомления. После достижения предела следует резкое расслабление и активное встряхивание кистей.

Методический акцент: снятие спазмов в мелких мышцах руки, профилактика графического переутомления.

10. «Яйцо»

На полу расстилается плотная ткань. Ребёнок садится на корточки, группируется, пряча голову между коленями. Педагог оборачивает его тканью, формируя «кокон», и, удерживая верхние края, плавно покачивает конструкцию из стороны в сторону 3–5 минут до наступления глубокого расслабления. Затем ребёнку предлагается «вылупиться»: активно отталкиваясь головой и локтями, распрямить корпус. Взрослый 1–2 минуты создаёт лёгкое сопротивление, после чего отпускает.

Методический акцент: глубокое проприоцептивное расслабление, снижение тревожности через тактильное обертывание и ритмичные покачивания.

Упражнения для развития крупной моторики, формирования одновременных сенсомоторных взаимодействий, ощущения границ своего тела и его положения в пространстве.

1. «Бревнышко»

Стартуя из позиции лёжа на спине (конечности соединены, руки вытянуты за макушку), воспитанник выполняет серию последовательных перекатов вдоль продольной оси тела сначала в левую, затем в правую сторону. Упражнение активизирует вестибулярный анализатор и формирует ощущение центральной линии тела.

2. «Колобок»

В позиции лёжа ребёнок группируется: колени прижимаются к грудной клетке, руки обхватывают голени, подбородок опускается к коленям. В сформированной компактной позе осуществляются перекаты по полу в обоих направлениях. Развивает проприоцепцию и чувство телесных границ.

3. «Письмо в воздухе»

Лёжа на спине с вытянутыми перед грудью руками, ребёнок синхронно обеими кистями «вычерчивает» в пространстве графические элементы: буквы, цифры, слоги или целые слова. Приём эффективно применяется для коррекции дисграфии (пропуски, замены, зеркальность). На начальных этапах педагог может захватить ладони воспитанника для тактильного руководства. Метод снижает тревожность перед бумажным носителем и доской.

4. Синхронное и зеркальное рисование

Графическое задание выполняется одновременно обеими кистями на вертикальной или горизонтальной поверхности. Изначально движения

синхронны и однонаправлены, затем переходят в зеркально-противоположные. Траектория усложняется последовательно: от прямых линий (вертикаль, горизонталь, наклон) к замкнутым и угловым фигурам (окружности, овалы, треугольники, квадраты). Стимулирует межполушарное взаимодействие.

5. Фазовые движения кистей с большим пальцем

В позе сидя на пятках с расслабленными кистями на коленях выполняется попеременная работа рук: сжатие в кулак с выведенным наружу большим пальцем, разжатие, затем сжатие с убраным внутрь большим пальцем, снова разжатие. Вторая рука остаётся статичной. После отработки каждой руки упражнение выполняется синхронно обеими. На продвинутом уровне вводится сдвиг фаз (одна сжимается, другая одновременно разжимается). При успешном освоении добавляются артикуляторные и глагодвигательные компоненты.

6. «Кулак–ребро–ладонь»

Из той же стартовой позиции кисти последовательно меняют конфигурацию: кулак → боковая поверхность → раскрытая ладонь. Цикл повторяется каждой рукой поочередно. После закрепления на опоре упражнение переносится в положение «на весу» с согнутыми локтями. Тренирует моторную переключаемость и кинестетический контроль.

7. Асимметричные движения рук

В положении сидя или стоя с полусогнутыми руками реализуется асинхронный паттерн: одна кисть циклично меняет положение «кулак–ладонь», вторая параллельно исполняет трёхфазный переход «кулак–ребро–ладонь». По мере автоматизации подключаются задания на движение глаз в заданных направлениях. Развивает произвольное распределение внимания и моторную независимость конечностей.

8. «Локоть–колени» (диагональное)

Лёжа на спине с выпрямленными конечностями, воспитанник сгибает правую руку и правую ногу, стремясь соединить локоть с коленом, затем возвращается в старт. Действие дублируется левой стороной. На следующем этапе реализуется перекрёстная схема: левая нога + правая рука и наоборот. Укрепляет мышечный корсет и формирует навык перекрёстной координации.

9. Перекрёстный поворот корпуса

В позиции лёжа с согнутыми ногами и сцепленными «замком» руками, вытянутыми перед грудью, осуществляется одновременный поворот: кисти укладываются на пол влево, а колени – вправо. Затем направление меняется на противоположное без отрыва стоп и плеч от поверхности. Развивает ротацию позвоночника и межполушарные связи.

10. Отведение ноги лёжа

Лёжа с разведёнными в стороны руками и прямыми ногами, ребёнок поочерёдно сгибает каждую ногу в колене, поднимает её и выполняет отведение наружу или внутрь с последующим касанием пола. После отработки каждой стороны движение синхронизируется обеими ногами. Тренирует тазобедренные суставы и проприоцептивный контроль.

11. Ловля снаряда с попеременным закрытием глаз

В позиции сидя или стоя используется мягкий продолговатый объект (тканевый валик). Педагог выполняет бросок, воспитанник ловит его, работая только кистями и предплечьями. Далее задание усложняется: ловля одной рукой. При закреплении навыка вводится попеременное закрытие глаз с обязательным удержанием объекта правой или левой рукой. Развивает зрительно-моторную координацию и тактильную чувствительность.

12. «Гусеница»

Лёжа на животе с упором ладоней у плеч, ребёнок имитирует локомоцию гусеницы: за счёт разгибания рук корпус прижимается к полу, затем при сгибании локтей таз приподнимается, а колени активно подтягиваются к предплечьям. Циклическое повторение формирует волнообразное движение и укрепляет мышечный корсет.

13. Вариации ползания на животе

Перемещение по полу на животе реализуется поэтапно: классический способ «по-пластунски», затем изолированная работа рук при расслабленных ногах, далее – продвижение исключительно за счёт ног с зафиксированными за спиной руками. На финальных стадиях руки переносятся за голову с разведёнными локтями. Развивает дифференцированную моторику туловища и конечностей.

14. Ползание с вертикальной ногой

При продвижении вперёд на животе с опорой на руки одна нога сгибается в колене и поднимается вертикально. Синхронизация осуществляется сначала с одноимённой, затем с противоположной рукой. Упражнение тренирует перекрёстную организацию движений и координацию в горизонтальной плоскости.

15. «Червячок»

Локомоция осуществляется исключительно за счёт волнообразных изгибов корпуса в позиции лёжа на спине, без активного включения конечностей. Развивает гибкость позвоночника и проприоцептивное чувство.

16. Ползание на четвереньках (с усложнением)

Перемещение на четырёх точках опоры выполняется во всех направлениях. Изначально осваивается одноимённая схема, затем – перекрёстная (правая рука + левая нога). Кисти изначально двигаются параллельно, далее вводится перекрёстное наложение (правая заходит за левую и наоборот). Для контроля плавности и стабилизации положения тела на плечи помещается плоский объект, который необходимо удерживать. Формирует пространственную ориентировку и стабильность туловища.

17. Многозадачность при ползании

Во время перекрёстного ползания на четвереньках вводятся дополнительные компоненты: синхронные или асинхронные движения глазных яблок, языка и головы в заданных направлениях. Развивает произвольное внимание и нейродинамическую устойчивость.

18. «Паучок»

Сидя на полу, ребёнок отводит руки назад, сгибает колени и приподнимает таз, опираясь на ладони и стопы. Перемещение осуществляется синхронными шагами одноимённых конечностей (вперёд, назад, вправо, влево), затем – разноимённых. После автоматизации добавляются изолированные движения головы, глаз и языка. Тренирует координацию в пространстве и межполушарное взаимодействие.

19. «Слоник»

В позиции на четырёх точках с равномерным распределением веса осваивается латеральная локомоция: одновременный шаг правой парой конечностей, затем левой. Далее ноги двигаются параллельно, а руки –

перекрёстно, и наоборот. Развивает статическую устойчивость и ритмическую организацию движений.

20. «Гусята»

Выполняется классический «гусиный шаг» с сохранением вертикального положения корпуса во всех четырёх направлениях. Для усложнения на голову помещается плоский предмет. После закрепления вводятся разнонаправленные движения головы, языка и глаз. Развивает баланс, мышечный контроль и произвольное внимание.

21. Марш на месте

Имитация строевого шага на месте с акцентированным высоким подниманием коленей при полностью расслабленных, свободно свисающих вдоль корпуса руках. Тренирует ритмичность нижних конечностей и изоляцию моторных программ.

22. Марш со сменой положения ладоней

Стоя с вытянутыми перед собой руками (одна ладонью вверх, другая вниз), ребёнок начинает маршировать, инвертируя положение кистей на каждый шаг. Далее интервал меняется: смена через один или два шага. При успешном выполнении подключаются глагодвигательные задания. Развивает переключаемость и межполушарную синхронизацию.

23. Отведение ноги в упоре на четвереньках

В упоре на колени и ладони одна нога выпрямляется, поднимается параллельно полу и последовательно отводится вправо и влево при сохранении неподвижности остальных сегментов. Повторяется с закрытыми глазами. После освоения добавляется одновременное вытягивание вперёд разноимённой, затем одноимённой руки. Тренирует статический баланс и проприоцепцию.

24. Стойка на одной ноге с закрытыми глазами

В позиции стоя на одной опоре с опущенными руками воспитанник закрывает глаза и удерживает вертикальное равновесие максимально длительное время, затем меняет ногу. При закреплении навыка добавляются пальцевые упражнения и мелкие моторные задачи. Развивает вестибулярную устойчивость и произвольный контроль.

25. «Ласточка»

Классическая балансовая поза: опора на одну ногу, вторая отведена назад параллельно полу, корпус наклонён вперёд, руки разведены в стороны. Выполняется сначала с открытыми, затем с закрытыми глазами, после чего стороны меняются. Формирует чувство центра тяжести и мышечную выносливость.

26. «Бревнышко» у стены

Стоя вплотную к вертикальной поверхности с соединёнными ногами и вытянутыми вверх руками, ребёнок выполняет серию поворотов вокруг оси в обе стороны, сохраняя постоянное тактильное контактирование спины и конечностей со стеной. Задание дублируется с закрытыми глазами. Развивает пространственное ориентирование и проприоцептивную чувствительность.

27. Пристенное перемещение

Расположившись у стены на расстоянии шага, ребёнок упирается ладонями на уровне глаз и осуществляет приставное перемещение вправо/влево на 3–5 метров. Изначально двигаются одноимённые рука и нога (кисти параллельны стопам), затем – разноимённые. На финальном этапе вводится скрестный шаг с перекрёстным наложением рук. Тренирует координацию в вертикальной плоскости и межполушарные связи.

28. «Обезьянки» с элементами запрета и замещения

Адаптированная версия классической нейропсихологической пробы. Педагог демонстрирует последовательность действий (присед, подъём рук, хлопок), которые воспитанник должен точно скопировать. Темп варьируется. Для тренировки произвольного контроля вводятся правила «запрета» (конкретное действие повторять нельзя) или «замещения» (определённый жест заменяется на альтернативный, например, прыжок → присед). Развивает тормозные функции, слуховое внимание и гибкость мышления.

Упражнения для развития пространственных представлений.

Комплекс упражнений на развитие пространственной ориентировки, телесной схемы и зрительно-моторной координации

1. «38 попугаев»

Задание отталкивается от известного мультипликационного сюжета и переводит его в практическую плоскость. Воспитаннику предлагается использовать собственные антропометрические параметры (ладонь,

указательный палец, длина стопы, расстояние от локтя до кисти) как условную меру для определения протяжённости предметов или дистанций. Далее усложняется работа с мелкими карточками (буквы, цифры): ребёнок размещает их на поверхности, соблюдая заданные интервалы, кратные размерам его кисти или фаланги, и фиксирует отступы от края стола. Рекомендуется максимально варьировать «измерители», включая длину предплечья, размах от колена до пятки и т. д., что формирует гибкое представление о пропорциях и относительных величинах.

2. «Маркеры»

Для устойчивой дифференциации сторон тела на левую руку ребёнка надевается яркий визуальный или тактильный идентификатор: контрастный браслет, ленту, колокольчик или наклейку. Данный приём создаёт надёжный внешний ориентир, облегчающий пространственную навигацию, ускоряющий процесс узнавания «лево/право» и снижающий когнитивную нагрузку при выполнении последующих заданий.

3. Пространственно-двигательные коды

Каждое направление кодируется специфическим моторным паттерном. Например: команда «вверх» сопровождается прыжком, «вниз» – приседанием, «вправо» – прыжком с поворотом корпуса вправо, «влево» – аналогичным действием в противоположную сторону. Такая мнемоническая связка «вектор–движение» автоматизирует реакцию на вербальные инструкции, укрепляет связь между кинестетикой и пространственными представлениями и тренирует быструю переключаемость.

4. «Зеркало»

Выполняется в диаде (педагог–воспитанник или два ребёнка). На стартовом этапе участники располагаются сидя на пятках. Ведущий демонстрирует плавные движения одной, затем другой, а после обеими руками. Партнёр обязан точно воспроизвести их в зеркальном отражении. По мере закрепления навыка упражнение переносится в позицию стоя и включает координацию всего корпуса, что развивает межполушарное взаимодействие, зрительно-моторную синхронизацию и умение удерживать сложный двигательный образ.

5. «Телевизор»

Механика аналогична предыдущему заданию, однако меняется принцип копирования: ребёнок повторяет движение той же анатомической конечностью, что и ведущий (если взрослый правой рукой касается левого

уха, воспитанник также задействует правую руку для касания левого уха). Этот формат тренирует прямое подражание, пространственную трансформацию и способность сознательно подавлять автоматическую зеркальную реакцию.

6. «Найди клад»

В помещении заранее размещается небольшой объект (игрушка, развивающий элемент, сладость). Задача ребёнка – локализовать «клад», строго следуя многоступенчатым вербальным инструкциям ведущего («сделай два шага прямо, поверни налево, пройди один шаг» и т. д.). Найденный предмет остаётся у воспитанника в качестве поощрения, что формирует позитивную мотивацию, тренирует слуховую память и закрепляет навык выполнения последовательных алгоритмов.

7. Графические диктанты

Работа выполняется на листе в клетку по устной инструкции. Ребёнок воспринимает на слух последовательность направлений и отсчётов, транслируя их в точные штрихи на бумаге. Упражнение развивает слуховое восприятие пространственных команд, зрительно-моторную координацию, умение работать в условной системе координат и удерживать внимание на протяжении всего задания.

8. Копирование графических образцов

Воспроизведение нарисованных фигур различной конфигурации и степени детализации. Задание требует зрительного анализа формы, мысленного членения на структурные элементы и последовательного переноса на рабочий лист. Практика стимулирует зрительно-пространственное мышление, точность движения руки и способность удерживать целостный образ.

9. Конструирование планов

Самостоятельное создание схематичных карт знакомых пространств (комнаты, квартиры, игровой зоны). Ребёнок учится переводить трёхмерную реальность в двумерную проекцию, соблюдая относительные пропорции и взаимное расположение объектов. Задание формирует навыки пространственного моделирования, логического упорядочивания и символического замещения.

10. Навигация по готовой схеме

Обратная задача: педагог предоставляет графический план помещения, а воспитанник должен декодировать его, сориентироваться в физической среде

и обнаружить спрятанный объект. Упражнение тренирует способность сопоставлять абстрактную модель с реальным пространством, развивает навыки внутренней карты местности и повышает уверенность в самостоятельной ориентировке.

Групповые игры.

Комплекс групповых игр и этюдов на развитие ритмичности, координации, тактильного восприятия и навыков совместной деятельности

1. Игры-«замри» с моторным компонентом

Задания, построенные по принципу внезапной фиксации позы по сигналу (на примере известного сюжета «Море волнуется...»). Дети свободно перемещаются или выполняют произвольные движения, а по условной команде мгновенно замирают в заданной или импровизированной «фигуре».

Методический акцент: тренировка произвольного торможения, развитие слухового внимания, умения быстро переключаться между активностью и статикой.

2. «Ритм по кругу»

Участники располагаются в кругу, сидя на пятках. Первый ребёнок отхлопывает один удар, следующий — два, третий — три, затем цикл повторяется. Педагог варьирует темп и направление движения ритма (по/против часовой стрелки). На усложнённом этапе группа садится полукругом: ведущий задаёт ритмический рисунок, который дети воспроизводят поочерёдно, отбивая по одному хлопку слева направо. Нарушение последовательности, преждевременный или пропущенный хлопок фиксируются как ошибка.

Методический акцент: развитие слуховой памяти, чувства темпа, умения удерживать групповой ритм и контролировать собственные реакции.

3. «Слепой скульптор»

Ведущему завязывают глаза. Один из участников («натурщик») принимает произвольную позу. «Скульптор» тактильно обследует её и воссоздаёт из другого ребёнка, соблюдая точность, но не зеркальность. Постепенно усложняется: моделируются групповые композиции из 2–3 человек. Завершающий этап — «скульптор» с открытыми глазами корректирует неточности.

Методический акцент: развитие тактильно-кинестетического восприятия, пространственного представления о теле, навыков невербальной коммуникации.

4. «Зоопарк»

Ребёнок мимико-пластическими средствами изображает животное или птицу, не используя звуки. Остальные участники отгадывают образ.

Методический акцент: тренировка выразительности движений, развитие наблюдательности, умения декодировать невербальные сигналы.

5. Круговая моторная последовательность

Дети стоят в кругу. Через одного выполняются контрастные движения: приседание, подпрыгивание, наклон вперёд — в быстром темпе, строго соблюдая очерёдность.

Методический акцент: развитие переключаемости, чувства ритма, умения удерживать групповой алгоритм при высокой скорости выполнения.

6. «Ладушки» (парный вариант)

Дети встают парами лицом друг к другу, руки согнуты в локтях, ладони развёрнуты к партнёру. Выполняется цикл: хлопок собственными ладонями → возврат в и.п. → хлопок по ладоням партнёра → и.п. → перекрёстные хлопки (правая-правая, левая-левая). Темп постепенно ускоряется до появления ошибки.

Методический акцент: тренировка межполушарного взаимодействия, зрительно-моторной синхронизации, умения согласовывать действия с партнёром.

7. Этюды на согласованность действий

Парная или групповая имитация совместных трудовых действий: «пилка дров», «гребля», «перемотка ниток», «перетягивание каната», «игра в мяч». Участники учатся чувствовать ритм партнёра, распределять усилия и синхронизировать движения.

Методический акцент: формирование навыков кооперации, развития чувства общего темпа, умения предвосхищать действия партнёра.

8. «Хлопки-сигналы»

Дети свободно перемещаются по пространству. На один хлопок ведущего — подпрыгивают, на два — приседают, на три — поднимают руки вверх (варианты движений могут меняться).

Методический акцент: развитие слухового внимания, скорости реакции, умения быстро переключаться между разными моторными программами.

9. «Канон»

Дети выстраиваются в линию, руки на плечах стоящего впереди. По первому сигналу первый участник поднимает правую руку, по второму — второй поднимает левую, по третьему — третий правую и т.д. Затем аналогично выполняется опускание рук.

Методический акцент: тренировка последовательного выполнения команд, развития чувства ритма и групповой синхронизации.

10. «Передай мяч» (эстафетный вариант)

Команды строятся в колонну на расстоянии вытянутой руки. Мяч передаётся: сверху над головой → снизу между ног → сбоку с поворотом корпуса. Варианты чередуются или комбинируются.

Методический акцент: развитие координации, умения работать в команде, точности движений при ограничении времени.

11. «Паровоз» (с элементами сенсорной депривации)

Группы по 4–5 человек выстраиваются «паровозиком», держась за талию. Все, кроме первого, закрывают глаза. «Локомотив» ведёт состав, огибая препятствия; остальные максимально внимательно следят за изменениями траектории. По команде ведущий переходит в конец, и роль «головы» переходит к следующему. Усложнение: движение на четвереньках с захватом за щиколотки, синхронное перемещение разноимённых конечностей; сначала с голосовым сопровождением, затем в тишине.

Методический акцент: развитие тактильно-кинестетической чувствительности, умения передавать информацию через цепочку, ответственности за безопасность группы.

12. Пантомима литературного произведения

Участник без слов, только жестами и мимикой, изображает сюжет известного стихотворения или басни. Остальные отгадывают название.

Методический акцент: развитие выразительности речи тела, умения абстрагироваться от вербальной опоры, активизация литературного багажа в игровой форме.

13. Тактильно-пантомимическая эстафета

Две команды. Первый участник с закрытыми глазами тактильно опознаёт предмет или букву (из магнитной азбуки). Затем мимико-пластическими средствами передаёт образ следующему. Третий называет предмет вслух, четвёртый снова показывает пантомимой, пятый — находит предмет или составляет слово. Роли в команде постоянно меняются. Побеждает команда, верно опознавшая больше объектов.

Методический акцент: комплексное развитие тактильного восприятия, невербальной коммуникации, слуховой памяти и умения работать в условиях многократного перекодирования информации.