**Управление общего и дошкольного образования**

**Администрации города Норильска**

**МБУ «Методический центр»**

**Система интегрированных занятий с применением здоровьесберегающих технологий и элементов цветотерапии для детей с ОВЗ**

**в условиях Крайнего Севера**

Конспекты интегрированных занятий с применением здоровьесберегающих технологий и элементов цветотерапии с детьми компенсирующей группы с задержкой психического развития

***II часть***

***/Из опыта работы***

***Гайворонской Елены Александровны – учителя-логопеда***

***Кимбаевой Венеры Мухтаровны – музыкального руководителя***

***Леоновой Натальи Викторовны – учителя-дефектолога***

***МАДОУ «ДС № 5 «Норильчонок»/***

**Норильск, 2025г.**

**Аннотация**

В данной работе описывается, какую важную роль интегрированные занятия играют в коррекции речевого развития дошкольника у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Авторы раскрывают теоретическую основу изучения и применения одного из эффективных методов педагогического воздействия – интегрированных занятий, как в мировой, так и в отечественной практике. Союз трех специалистов при работе с детьми дошкольного возраста отображается в целом комплексе различных мероприятий, решающих множество задач на развитие речевых и неречевых функций ребенка, познавательной сферы. Раскрыт опыт работы с обучающимися с ОВЗ, применение интегрированных занятий через различные формы работы. Показаны практические авторские разработки конспектов интегрированных занятий, представлена картотека игр и игровых упражнений с элементами цветотерапии и здоровьесберагающими технологиями, примерный график проведения занятий детского клуба «Разноцветик», примерный план-график детско-родительского клуба «Мы вместе», примерный тематический план-программа детско–родительского клуба «Мы вместе».

Методист МБУ «Методический центр» С.В. Литвяк

© Муниципальное бюджетное учреждение «Методический центр» г. Норильск, ул. Кирова д. 20 –а, т. 8 (3919) 23-88-49

Оглавление

[Конспекты интегрированных занятий 5](#_Toc199422603)

[Картотека игр и игровых упражнений с элементами цветотерапии и здоровьесберегающими технологиями 16](#_Toc199422604)

[Список литературы 23](#_Toc199422605)

## Конспекты интегрированных занятий

**Интегрированные занятия с применением здоровьесберегающих технологий и элементов цветотерапии с детьми компенсирующей группы с задержкой психического развития.**

**Конспект занятия** **«Путешествие в страну Разноцветик»** (красный цвет)

**Цель:**

Создание условий для сохранения психологического здоровья дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), раскрытие потенциальных творческих резервов детей и познавательной сферы, используя метод цветотерапии и здоровьесберегающих технологий.

**Цель требует решения задач:**

1. Обогащать эмоциональный мир ребенка, используя метод погружения в цвет, цветовосприятие.
2. Развивать интегративные качества: любознательность, эмоциональная отзывчивость, способность управлять своим поведением, способность решать интеллектуальные задачи.
3. Развивать коммуникативные способности.
4. Развивать мелкую моторику пальцев рук и координацию движения.
5. Формировать умение произвольно расслаблять мышцы тела.
6. Формирование певческих навыковов.
7. Формировать умение плавно и длительно выдыхать.
8. Развивать слуховое и зрительное внимание.
9. Способствовать творческой самореализации дошкольников.
10. Развивать, обогащать эмоциональный мир ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);
11. Развивать чувства ритма, слуха, памяти, творческого воображения, слуховой фантазии, мышления.

**Ход занятия:**

**Учитель-логопед:**

Ребята, сегодня нам предстоит совершить необычное путешествие в страну Разноцветик, где будет ждать нас житель этой страны – гном Цветик.

**Учитель-дефектолог:** А поедем мы сегодня на паровозе. Давайте вместе сядем в поезд и отправимся в путешествие.

**Музыкальная игра «Паровоз» М. Лазарев**

*формируем навык дробного шага с продвижением вперед «подъезжают» к Гному*

**Учитель-дефектолог:** Посмотрите, кто это нас встречает в стране Разноцветик? (ответ детей) Правильно, гном Цветик. Давайте. поздороваемся с ним.

**Дети:** Здравствуйте!

**Учитель-дефектолог:** А теперь, давайте по музыкальному, мы же пришли в гости к гному в музыкальный зал.

**Музыкальный руководитель:** Здра-вствуй, Цве-тик!

**Дети:** Здра – вствуй, Цве-тик!

**Учитель-дефектолог:** Посмотрите, ребята, в руках у гнома цветок, какого он цвета? (красного) Видимо, настроение сегодня у нашего гнома красного цвета.*(обращает внимание детей на стол)*А что это нам гном Цветик приготовил здесь на столе? Давайте посмотрим. Садитесь ребята за стол.

**Погружение в цвет** (ощущение цвета)

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3 для скрипки с оркестром, соль мажор, II.Adagio

*На подносе по центру лежат предметы красного цвета. Педагог предлагает детям рассмотреть эти предметы и почувствовать, каким кажется этот цвет, какое настроение он вызывает.*

- Этот цвет вам кажется радостным или грустным?

- Тревожным или спокойным?

- Праздничным или обычным?

- Напряженным или расслабляющим? (ответы детей).

**Игра «Красный предмет в моей ладошке»**

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3, для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

*Упражнение на расслабление и напряжения мышц руки. Педагог предлагает выбрать один из предметов, который больше всего понравился* *ребенку.*

**Учитель-дефектолог: П**оиграем с предметами в прятки. Зажмите предмет в кулачок крепко-крепко. Достаточно ли твердым стал ваш кулачок? А теперь расслабьте руку и пальцы. Ваши ладошки стали мягкими. А теперь зажмите предмет в другой ладони *(упражнение повторяется 3-4 раза*). Теперь подуем на ладони, охладим их, сдуем следы от предмета. Дуем долго и плавно, щеки не раздуваем.

**Учитель-логопед:** Молодцы! Как здорово у вас получается! Посмотрите, какие цветы я нашла у гнома Цветика на полянке.

**Игра на внимание «Поймай красный цвет в ладошку»** на развитие зрительного внимания.

*Дети стоят в кругу. Педагог показывает детям цветы разного цвета, предлагает им хлопнуть в ладоши, если они увидят красный цветок, на все другие цвета топать*.

*Учитель-дефектолог прячет гнома Цветика в другое место.*

**Учитель-логопед:** Ребята, посмотрите, гном Цветик решил с нами поиграть в прятки. Давайте, поищем его.

**Музыкальный руководитель:** Только мы будем не просто искать, а будем звать его вот так «А-у!»*.*

**Игра «Прятки с гномом Цветиком»**

*Дети вместе с учителем-дефектологом и учителем-логопедом пропевают протяжно «Аууу» (кварта, квинта) по показу музыкального руководителя. Дети по инструкции музыкального руководителя зовут гнома то тихо, то громко, то медленно, то быстро. (Игра повторяется 3-4 раза).*

**Учитель-дефектолог:** какие внимательные ребята у нас, быстро смогли отыскать гнома Цветика! Теперь он хочет с нами поиграть в интересную игру.

**Игра с красными шариками «Веселые шарики»** р.н.м. «Варенька»развитие моторно-двигательного восприятия

*Участники игры встают в круг и передают под музыку по кругу воздушный красный шарик. Дети слушают музыку и передают шар в соответствии с темпом музыки.*

*По ходу игры педагог может менять или усложнять правила игры:*

*- передавая шар друг другу надо назвать свое имя;*

*- назвать соседа ласковым словом;*

*- передать шарик соседу – хлопнуть в ладоши (топнуть ногой и т.д.).*

**Учитель-дефектолог:** Ребята, посмотрите, сегодня в стране Разноцветик прошел дождь-озорник и смыл на ягодах краску, которые выросли на полянке у гнома. Давайте поможем Цветику вернуть цвет его ягодам, садитесь за столы.

**Пальчиковая гимнастика** *(подготовка к работе с пластилином)*

Наши красные цветки распускают лепестки. *локти и ладони прижаты друг другу,*

*ладони отвести, назад растопырив пальцы*

Ветерок чуть дышит, лепестки колышет. *пошевелить пальцами рук*

Наши красные цветочки закрывают лепесточки, *собрать пальцы рук и соединить ладони*

Головой качают, тихо засыпают. *покачать в стороны соединенными* *ладонями*

**Практическая деятельность «Пластилиновые заплатки»**

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3, для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

Развитие мелкой моторики

*Перед каждым воспитанником лежит распечатанная картинка клубники с пробелами. Дети заполняют пробелы пластилином, подобрав цвет под цвет ягоды. После окончания работы ягоды собирают в корзинку.*

**Учитель-логопед:** Вот и закончился дождь, прилетели в волшебную страну красные бабочки. Становитесь в круг, сейчас к каждому из вас прилетит бабочка.

**Упражнение «Сдуй бабочку»**

Моцарт, [Концерт № 5 для скрипки с оркестром ля мажор, Rondeau – Tempo di Menuetto](https://vk.com/audio-2001406625_123406625_c59ab869c8eb3951ba)

*У каждого ребенка бабочка красного цвета на нитке. Одной рукой ребенок держит бабочку за нитку. Вдыхаем через нос, выдыхаем через рот, дыхание плавное, долгое.*

- Я с бабочкой красной хотел подружиться,

Она прилетела и стала кружиться,

И, кажется, даже коснулась крылом –

Немного щекотно, приятно, тепло. (подули…полетела… и снова на ладошку села).

**Учитель-дефектолог:** Ребята, посмотрите, что для вас подготовил гном Цветик. Очень интересное и сложное задание, давайте постараемся его выполнить.

**Игра «Четвертый лишний»** работа с мультимедийной доской

*На экране четыре предмета, один из которых лишний по цвету. Детям предлагают назвать его (пример: одни красный и три желтых; три красных один синий и т.д.).*

**Танец «Гномика»** р.н. «Из-под дуба, из-под вяза»

*На экране появляется гном Цветик и начинает под музыку танцевать (пружинка, выставление ноги на пятку, «тарелочка», «топотушки» и др.), детям предлагается повторять за гномиком движения.*

**Итог**.

*Закрепление знаний: дети вспоминают вместе с педагогами события в стране Разноцветик.*

**Учитель-логопед:** Ребята, сегодня в какую волшебную страну мы приехали (Разноцветик), кто нас встретил (гном Цветик), с каким цветом встретились (красным). Что вам больше всего понравилось в стране Разноцветик? (ответы детей).

**Учитель-дефектолог:** Очень долго мы гуляли и немножечко устали, давайте ляжем на мягкую траву на этой полянке и отдохнем.

**Релаксация**

Дети лежат на спине, руки в стороны, ноги расставлены, глаза закрыты

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 5 для скрипки с оркестром, ля мажор, [II. Adagio](https://vk.com/audio-2001406626_123406626_b058cb097b48be6be0)

Мы спокойно отдыхаем - 2 раза.

Сном волшебным засыпаем - 2 раза.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают - 2 раза.

Ноги тоже отдыхают.

Отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена,

А расслаблена она.

Губы чуть приоткрываются

Все чудесно расслабляется.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Хорошо нам отдыхать,

Но, пришла пора вставать!

Пошевелили руками, теперь ногами, молодцы … Повернулись на бок, садимся и тихонечко встаем. Теперь подойдите ко мне, давайте встанем в круг.

**Ритуал окончания занятия «Солнечные лучики».**

*Дети с педагогом стоят в кругу, вытянув обе руки вперед, соединяют «лучики», закрывают глаза. Педагог предлагает почувствовать, как тепло насыщает руки-лучики.*

**Учитель-логопед:** Посмотрите, ребята, нам гном Цветик сделал подарок (раскраски с рисунком яблока, предлагается в группе раскрасить его в красный цвет).

**Учитель-дефектолог:** Ну, что, ребята, пора возвращаться в группу. Но, сначала попрощаемся в гномом Цветиком**,** до свидания, гном Цветик!

**Дети: До свидания!**

**Музыкальный руководитель:** А теперь по музыкальному, до-сви-да-нья (терция)!

**Дети:** До-сви-да-нья!

**Учитель-дефектолог:** Ну, что же, а теперь по вагонам!

**Учитель-логопед:** Поехали!

Дети «садятся» в вагончики и под музыку «Паровозик» обратно возвращаются в группу.

**«Путешествие в страну «Разноцветик» (цвет синий)**

**Цель:**

Создание условий для сохранения психологического здоровья дошкольников с ОВЗ, раскрытие потенциальных творческих резервов детей и познавательной сферы, используя метод цветотерапии и здоровьесберегающих технологий.

**Цель требует решения задач:**

1. Расширение представления детей о синем цвете и развитие умения его различать.
2. Обучение умению ясно и чётко излагать свои мысли, делать выводы и обобщать.
3. Развитие слухового и зрительного внимания, память, мышление, воображение, восприятие.
4. Формирование умения плавно и длительно выдыхать.
5. Развитие мелкой моторики пальцев и координации движения. Формирование умения произвольно расслаблять мышцы тела.
6. Воспитание способности внимательно и терпеливо слушать других.
7. Способствовать творческой самореализации дошкольников.
8. Развивать, обогащать эмоциональный мир ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);
9. Развивать чувства ритма, слуха, памяти, творческого воображения, слуховой фантазии, мышления;
10. Активизации и обогащение словаря.
11. Снижение эмоционально-психического воображения.

**Ход занятия:**

**Учитель-логопед:** Ребята, сегодня Гном Цветик снова приглашает вас в гости в свою страну Разноцветик.

**Учитель-дефектолог:** А поедем мы сегодня на машине. По местам! Положили руки на руль! Заводим моторы! *(вибрация губами на выдохе)* Поехали!

**«Чики-чики, пых-пых» А. Усачев -** *«подъезжают» к Гному*

**Учитель-дефектолог:** Посмотрите, кто это нас встречает в стране Разноцветик? (ответ детей) Правильно, гном Цветик. Давайте, поздороваемся с ним. Здравствуй, гном Цветик!

**Дети:** Здравствуйте!

**Учитель-дефектолог:** А теперь, давайте по музыкальному, мы же пришли в гости к гному в музыкальный зал.

**Музыкальный руководитель:** Здра-вствуй, Цве-тик!

**Дети:** Здра – вствуй, Цве-тик!

**Учитель-дефектолог:** Посмотрите, ребята, сегодня в руках у гнома цветок какого цвета? (синего) Видимо, настроение сегодня у нашего гнома синего цвета, «синее настроение».*(обращает внимание детей на стол)*Давайте посмотрим, что приготовил нам гном Цветик на столе? Садитесь ребята за стол.

**Погружение в цвет** (ощущение цвета)

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3 для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

*На подносе по центру лежат предметы желтого цвета. Педагог предлагает выбрать один из предметов, который больше всего понравился ребенку.*

*Предлагает детям рассмотреть эти предметы, и почувствовать каким кажется этот цвет, какое настроение он вызывает.*

* Грустный или веселый?
* Спокойный или тревожный?
* Горячий или холодный?
* Мягкий или твердый?

Педагог резюмирует ответы детей, если дети затрудняются в описании цвета, то педагог оказывает помощь.

**Игра «Синий предмет в моей ладошке»**

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3, для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

*Упражнение на расслабление и напряжения мышц руки.*

**Игра «Синий предмет в моей ладошке»**, упражнение на расслабление и напряжения мышц руки.

**Учитель-дефектолог: П**оиграем с предметами в прятки. Зажмите предмет в кулачок крепко-крепко. Достаточно ли твердым стал ваш кулачок? А теперь расслабьте руку и пальцы. Ваши ладошки стали мягкими. А теперь зажмите предмет в другой ладони *(упражнение повторяется 3-4 раза*). Теперь подуем на ладони, охладим их, сдуем следы от предмета. Дуем долго и плавно, щеки не раздуваем.

**Учитель-логопед:** Молодцы, какие вы ребята! Здорово у вас получается!Ребята, давайте поможем гномику Цветику собрать красивый букет из цветов синего цвета.

Но, для начала, отгадайте, какой цветок синего цвета мы с вами будем собирать для гнома Цветика.

**Загадка:**

Как зовут меня, скажи?

Часто прячусь я во ржи?

Скромный полевой цветок,

Сине-глазый. (Василек).

**Игра на внимание «Поймай красный цвет в ладошку»**

на развитие зрительного внимания

*Дети стоят в кругу. Педагог показывает детям цветы разного цвета, предлагает им хлопнуть в ладоши, если они увидят красный цветок, на все другие цвета – топать*.

**Учитель-логопед:** Посмотрите ребята! На красивые и яркие цветы прилетели бабочки. Какого они цвета? (Синего). Давайте поможем гному Цветику сдуть с цветочков бабочек и посмотреть, как они красиво летают.

**Упражнение «Сдуй бабочку»**

Моцарт, [Концерт № 5 для скрипки с оркестром ля мажор, Rondeau – Tempo di Menuetto](https://vk.com/audio-2001406625_123406625_c59ab869c8eb3951ba)

*У каждого ребенка бабочка красного цвета на нитке. Одной рукой ребенок держит бабочку за нитку. Вдыхаем через нос, выдыхаем через рот, дыхание плавное, долгое.*

- Я с бабочкой красной хотел подружиться,

Она прилетела и стала кружиться,

И, кажется, даже коснулась крылом –

Немного щекотно, приятно, тепло... (подули…полетела… и снова на ладошку села).

**Игровой танец «Танец бабочек» Е. Птичкин**

*под музыку дети выполняют элементарные танцевальные и образные движения, меняя движения со сменой частей музыки*

*Учитель-дефектолог прячет гнома Цветика в другое место.*

**Учитель-логопед:** Ребята, посмотрите, гном Цветик решил с нами поиграть в прятки. Давайте, поищем его.

**Музыкальный руководитель:** Только мы будем не просто искать, а будем звать его вот так «А-у!»*.*

**Игра «Прятки с гномом Цветиком»**

*Дети вместе с учителем-дефектологом и учителем-логопедом пропевают протяжно «Аууу» (кварта, квинта) по показу музыкального руководителя. Дети по инструкции музыкального руководителя зовут гнома то тихо, то громко, то медленно, то быстро. (Игра повторяется 3-4 раза).*

**Учитель-дефектолог:** Какие внимательные ребята у нас, быстро смогли отыскать гнома Цветика! Теперь он хочет с нами поиграть в интересную игру.

**Музыкальное дыхательное упражнение «Воздушный шар» М. Картушина**

*движение с речью, развитие воображения, активный вдох через нос, выдох через рот, вытягивают губы трубочкой*

Музыкальное вступление *надувают шар*

Мы надули шар воздушный *прижали ладони друг к другу*

Вот такой большой-большой; *разводят руки в стороны*

Отпустили его в небо *подняли руки вверх*

Помахали вслед рукой. *помахали руками*

Полетел воздушный шарик *руки на поясе, разбегаются врассыпную*

Прямо в небо к облакам. *по залу*

Но за сук он зацепился *резко останавливаются*

Лопнул, хлопнул, БАМ! *3 раза хлопают в ладоши*

Ш-Ш-Ш-Ш … *произнося на выдохе звук «Ш …», приседают*

**Учитель-дефектолог:** Ребята, какие вы все молодцы! Так как наши воздушные шарики все улетели в небо, гномик Цветик дарит вам настоящий воздушный шарик синего цвета. Посмотрите, какой он красивый!

**Игра «Шарик-непоседа»** р.н.м. «Варенька» **-** развитие моторно-двигательного восприятия

*Участники игры встают в круг и передают под музыку по кругу воздушный синий шарик. Дети слушают музыку и передают шар в соответствии с темпом музыки.*

*По ходу игры педагог может менять или усложнять правила игры:*

*- передавая шар друг другу надо назвать свое имя;*

*- назвать соседа ласковым словом;*

*- передать шарик соседу – хлопнуть в ладоши (топнуть ногой и т.д.).*

**Учитель-логопед:** Ребята, посмотрите, какое угощение приготовил нам гном Цветик – целую вазу! (показывает картинку) Кто знает, как называются эти фрукты? (сливы) Какого они цвета? (ответы детей). Правильно! Давайте, присядем за столы.

**Пальчиковая гимнастика** - подготовка к работе с пластилином

*Пальцы сжаты в кулак, поочерёдно воспитанник показывает пальцы в соответствии с текстом, начиная с большого пальца*

Палец толстый и большой

В сад за сливами пошёл.

Указательный с порога

Указал ему дорогу.

Средний пальчик – самый меткий:

Он сбивает сливы с ветки.

Безымянный поедает,

А мизинчик-господинчик

В землю косточки сажает.

**Учитель-логопед:**

Ребята, посмотрите, что случилась с нашими сливами? Ответы детей (они потеряли цвет). Что нужно сделать, чтобы сливы полностью синего цвета? (ответы детей)

**Практическая деятельность «Пластилиновые заплатки»**

Развитие мелкой моторики

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3, для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

*Перед каждым воспитанником лежит распечатанная картинка сливы с пробелами. Дети заполняют пробелы пластилином, подобрав соответствующий цвет. После окончания работы фрукты собираем в корзинку.*

**Итог**.

*Закрепление знаний: дети вспоминают вместе с педагогами события в стране Разноцветик.*

**Учитель-логопед:** Ребята, сегодня в какую волшебную страну мы приехали (Разноцветик), кто нас встретил (гном Цветик), с каким цветом встретились (синим). Что вам больше всего понравилось в стране Разноцветик? (ответы детей).

**Учитель-дефектолог:** Очень долго мы гуляли и немножечко устали, давайте ляжем на мягкую траву на этой полянке и отдохнем.

**Релаксация**

Дети лежат на спине, руки в стороны, ноги расставлены, глаза закрыты

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 5 для скрипки с оркестром, ля мажор, [II. Adagio](https://vk.com/audio-2001406626_123406626_b058cb097b48be6be0)

Мы спокойно отдыхаем - 2 раза.

Сном волшебным засыпаем - 2 раза.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают - 2 раза.

Ноги тоже отдыхают.

Отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена,

А расслаблена она.

Губы чуть приоткрываются

Все чудесно расслабляется.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Хорошо нам отдыхать,

Но, пришла пора вставать!

Пошевелили руками, теперь ногами, молодцы … Повернулись на бок, садимся и тихонечко встаем. Теперь подойдите ко мне, давайте встанем в круг.

**Ритуал окончания занятия «Солнечные лучики».**

*Дети с педагогом стоят в кругу, вытянув обе руки вперед, соединяют «лучики», закрывают глаза. Педагог предлагает почувствовать, как тепло насыщает руки-лучики.*

**Учитель-логопед:** Посмотрите, ребята, нам гном Цветик сделал подарок (раскраски с рисунком воздушного шарика, предлагается в группе раскрасить его в синий цвет).

**Учитель-дефектолог:** Ну, что, ребята, пора возвращаться в группу. Но, сначала попрощаемся с гномом Цветиком**,** до свидания, гном Цветик!

**Дети: До свидания!**

**Музыкальный руководитель:** А теперь по музыкальному, до-сви-да-нья (терция)!

**Дети:** До-сви-да-нья!

**Учитель-дефектолог:** Ну, что же, а теперь садимся в машину, заводим моторы (вибрация губами на выдохе)!

**Учитель-логопед:** Поехали! Дети «садятся» в машины и под музыку обратно возвращаются в группу.

**«Чики-чики, пых-пых» А. Усачев**

**«Путешествие в страну Разноцветик»** (желтый цвет)

**Цель:**

Создание условий для сохранения психологического здоровья дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), раскрытие потенциальных творческих резервов детей и познавательной сферы, используя метод цветотерапии и здоровьесберегающих технологий.

**Цель требует решения задач:**

1. Расширение представления детей о синем цвете и развитие умения его различать.
2. Обучение умению ясно и чётко излагать свои мысли, делать выводы и обобщать.
3. Развитие слухового и зрительного внимания, память, мышление, воображение, восприятие.
4. Формирование умения плавно и длительно выдыхать.
5. Развитие мелкой моторики пальцев и координации движения. Формирование умения произвольно расслаблять мышцы тела.
6. Воспитание способности внимательно и терпеливо слушать других.
7. Способствовать творческой самореализации дошкольников.
8. Развивать, обогащать эмоциональный мир ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);
9. Развивать чувства ритма, слуха, памяти, творческого воображения, слуховой фантазии, мышления;
10. Активизации и обогащение словаря.
11. Снижение эмоционально-психического воображения.

**Ход занятия:**

**Учитель-логопед:** Ребята, сегодня Гном Цветик снова приглашает вас в гости в свою страну Разноцветик.

**Учитель-дефектолог:** А на чем поедем? (по выбору детей на машине или паровозе) По местам! Положили руки на руль! Заводим моторы! *(вибрация губами на выдохе)* Поехали!

**«Чики-чики, пых-пых» А.Усачев** *- «подъезжают» к Гному*

**Учитель-дефектолог:** Посмотрите, кто это нас встречает в стране Разноцветик? (ответ детей) Правильно, гном Цветик. Давайте, поздороваемся с ним. Зра-вствуй, гном» (с прохлопыванием ритма)!

**Дети:** Здра-вствуй, гном (с прохлопыванием ритма)!

**Учитель-дефектолог:** А теперь, давайте по музыкальному, мы же пришли в гости к гному в музыкальный зал.

**Музыкальный руководитель:** Здра-вствуй, Цве-тик (с прохлопыванием ритма)!

**Дети:** Здра – вствуй, Цве-тик (с прохлопыванием ритма)!

**Сюрпризный момент**

**Учитель-логопед:** Ребята, посмотрите, что это? *(Зонт)* Давайте его откроем. Раз, два, три! (открывается зонт, из зонта вылетают желтые, осенние листья). Ребята что это? *(Листья)* Какого они цвета? *(Желтого).* Как вы думаете, почему они желтого цвета? *(Осень – время желтых листьев и сбора урожая)*

**Чистоговорка**

Та-та-та *прохлопывают в ладоши*

Осень эта красота

Де-де-де *прохлопывают по коленям*

Лужи с дождиком везде

Ду-ду-ду  *прохлопывают в ладоши*

Фрукты собирай в саду

Посмотрите, у Гнома Цветика есть грушевое дерево.

*Звенит колокольчик*

**Учитель-дефектолог:** Колокольчик зазвенел, громко песенку запел: дили-дили, дон-дон. Ой, ребята, а дерево то волшебное, давайте сорвем одну грушу. Посмотрите, здесь есть для нас задание от гнома Цветика.

**1 груша – картинка с корзинкой**

**Погружение в цвет** (ощущение цвета)

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3 для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

*На подносе по центру лежат предметы желтого цвета. Педагог предлагает выбрать один из предметов, который больше всего понравился ребенку.*

*Предлагает детям рассмотреть эти предметы, и почувствовать каким кажется этот цвет, какое настроение он вызывает.*

- Этот цвет вам кажется радостным или грустным?

- Тревожным или спокойным?

- Праздничным или обычным?

- Напряженным или расслабляющим?

- Добрым или злым? (ответы детей).

**Игра «Желтый предмет в моей ладошке»**

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 3, для скрипки с оркестром, соль мажор, II. Adagio

*Упражнение на расслабление и напряжения мышц руки.*

- Поиграем с предметами в прятки. Зажмите предмет в кулачок крепко-крепко. Достаточно ли твердым стал ваш кулачок? А теперь расслабьте руку и пальцы. Ваши ладошки стали мягкими. А теперь зажмите предмет в другой ладони (упражнение повторяется 3-4 раза). Теперь подуем на ладони, охладим их, сдуем следы от предмета. Дуем длительно и плавно, щеки не раздуваем.

*Звенит колокольчик*

**Учитель-дефектолог:** Колокольчик зазвенел, громко песенку запел: дили-дили, дон-дон.

**2 груша - картинка осенним листочком**

**Учитель-логопед:** *(Срывает грушу)* Посмотрите, как много листочков под деревом лежат. Давайте, с ними поиграем (педагоги предлагают детям взять листочек).

**Музыкальная игра «Листочки – самолетики» А. Чугайкина**

*Дети выполняют движения в соответствии с текстом, под пение взрослого. 1 часть – дети бегают с листочком по залу, 2 часть – лист опускается на определенную часть тела в соответствии с текстом игры и проговаривается педагогом и детьми вслух. С каждым повтором игры лист опускается на другую часть тела (ладонь, плечо, голова, колено, живот). В завершении педагог собирает с детьми букет листьев в корзину.*

*Звенит колокольчик*

**Учитель-дефектолог:** Колокольчик зазвенел, громко песенку запел: дили-дили, дон-дон.

**3 груша - картинка с ребенком с закрытыми глазами**

**Учитель-логопед:** Посмотрите, гном Цветик предлагает нам поиграть в прятки!

**Игра «Что спрятано»**

*На мольберте 5 картинок с предметами желтого цвета. Сначала необходимо назвать каждый предмет (мяч («Мяч» Ю. Чичков), самолет (Е. Тиличеева), цыпленок («Цыплята» А. Филиппенко), барабан («Барабан» Г. Левдокимова), лопатка «Метелка» (лопатка) А. Чугайкина), затем, по показу учителя-логопеда под музыку каждую картинку изобразить артикуляционным и ассоциативным движением.*

**Учитель-дефектолог:** Ой, ребята, посмотрите на мольберт, какая картинка спряталась? (Ответ) А теперь, зажмурились, не подглядываем! Какая картинка спряталась?

**«Гимнастика для глаз»**

*Предметы по очереди прячутся, дети отгадывают*

*Звенит колокольчик*

**Учитель-дефектолог:** Колокольчик зазвенел, громко песенку запел: дили-дили, дон-дон.

**4груша - картинка с желтыми пакетами**

**Учитель-дефектолог:** Давайте, ребята, встанем в круг.

**Учитель-логопед:** Посмотрите, какие пакетики. Какого они цвета? (желтого)

**Музыкальный руководитель:** А с этими пакетами мы с вами будем играть. Когда мы натягиваем пакеты (показ), мы будем говорить: там-там, а когда шуршим (показ), мы будем говорить: ля-ля.

**Музыкальная игра «Желтые пакетики» (La Raspa)**

*Игра проводится по показу педагога, движения меняются в соответствии с характером музыки. В конце пакеты складываем в центр круга.*

**Итог**.

*Закрепление знаний: дети вспоминают вместе с педагогами события в стране Разноцветик.*

**Учитель-логопед:** Посмотрите, ребята, из желтых пакетиков у нас солнышко получилось. Ребята, скажите, сегодня в какую волшебную страну мы приехали (Разноцветик), кто нас встретил (гном Цветик), с каким цветом встретились (желтым). Что вам больше всего понравилось в стране Разноцветик? (ответы детей).

**Учитель-дефектолог:** Молодцы, ребята! Как много запомнили! А теперь давайте сделаем вдох, вот так!

**Дыхательное упражнение «ХА»**

*Полный вдох носом, одновременно прямые руки поднимаются над головой, ладони могут быть соединены. Как можно дольше задержать дыхание до ощущения напряжения мышц брюшного пресса. Полный выдох через рот с произношением «ХА», одновременно с резким наклоном туловища и рук вниз (при этом на выдохе дети должны «выбросить из себя» недомогания и усталость).*

**Учитель-дефектолог:** А теперь, давайте, вокруг нашего солнышка из желтых пакетов сначала присядем, а теперь ляжем как солнечные лучики.

**Релаксация «Солнечные лучики»**

Музыка фоном: Моцарт, Концерт № 5 для скрипки с оркестром, ля мажор, [II. Adagio](https://vk.com/audio-2001406626_123406626_b058cb097b48be6be0)

Желтая бабочка, желтая букашка.

Желтые листики, желтая ромашка.

Желтое солнышко, желтенький песочек.

Желтый – цвет радости. Радуйся дружочек.

Теперь пошевелите руками, теперь ногами, откройте глаза, повернитесь на бок, садитесь, а теперь вставайте. Давайте, соединим руки, как «солнечные лучики».

**Ритуал окончания занятия «Солнечные лучики»**

*Дети с педагогом стоят в кругу, вытянув обе руки вперед, закрыв глаза. Педагог предлагает почувствовать, как тепло насыщает руки-лучики.*

*Звенит колокольчик*

**Учитель-дефектолог:** Колокольчик зазвенел, громко песенку запел: дили-дили, дон-дон.

**Учитель-логопед:** Ребята, посмотрите, что еще под грушевым деревом я нашла (показывает карточки-заплатки с рисунком груши).Эти картинки вы в группе оживите при помощи пластилина (отдает детям).

**Учитель-дефектолог:** Ну, что, ребята, пора возвращаться в группу. Но, сначала попрощаемся с гномом Цветиком**,** до сви-да-ния, Цве-тик (с прохлопыванием)!

**Дети:** до сви-да-ния, Цве-тик(с прохлопыванием)!

**Музыкальный руководитель:** А теперь по музыкальному, до-сви-да-нья (терция, с прохлопыванием)!

**Дети:** До-сви-да-нья (с прохлопыванием)!

**Учитель-дефектолог:** Ну, что же, а теперь садимся в машину, заводим моторы (вибрация губами на выдохе)!

**Учитель-логопед:** Поехали!

Дети «садятся» в машины и под музыку «Машина» обратно возвращаются в группу.

**«Чики-чики, пых-пых» А. Усачев**

## Картотека игр и игровых упражнений с элементами цветотерапии и здоровьесберегающими технологиями

**«Погружение в цвет»** *(ощущение цвета).*

**Цель:** расширять представление детей о желтом цвете, развивать способность тонко чувствовать цвет по отношению к своему внутреннему миру, развивать восприятие.

**Ход игры:** На подносе по центру лежат предметы желтого цвета. Педагог предлагает детям рассмотреть эти предметы, почувствовать каким кажется этот цвет, какое настроение он вызывает.Этот цвет вам кажется радостным или грустным?Тревожным или спокойным?Праздничным или обычным?Напряженным или расслабляющим? (ответы детей).Желтый цвет называют солнечным цветом. Желтый цвет помогает нам, когда мы плохо себя чувствуем, болеем или когда у нас грустное настроение. Желтый цвет дарит радость, помогает нам быть внимательными. Педагог предлагает выбрать один из предметов, который больше всего понравился.

**«Предмет в моей ладошке»** *(упражнение на расслабление и напряжения мышц руки).*

**Цель:** учить напрягать и расслаблять мышцы рук, развивать мелкую моторику пальцев рук и координацию движений.

**Ход:** Поиграем с предметами в прятки. Зажмите предмет в кулачок крепко-крепко. Достаточно ли твердым стал ваш кулачок? А теперь расслабьте руку и пальцы. Ваши ладошки стали мягкими. А теперь зажмите предмет в другой ладони (упражнение повторяется 3-4 раза). Теперь подуем на ладони, охладим их, сдуем следы от предмета. Дуем длительно и плавно, щеки не раздуваем.

**«Поймай цвет в ладошку»**

**Цель:** развивать зрительное внимание, восприятие цвета.

**Ход:** Дети стоят в кругу.Педагог показывает детям цветы разного цвета, предлагает им хлопнуть в ладоши если они увидят желтый цветок, на все другие цвета – топать.

**Игра «Четвертый лишний»**

**Цель:** развивать мышление, внимание, цветовосприятие.

**Ход**: педагог выставляет картинки на доске с предметами (пример: один красный и три желтых; три красных один синий и т.д.), дети должны найти лишний предмет.

**Игра «Выложи по схеме»**

**Цель:** развитие восприятия, мышления, внимания, цветовосприятия**.**

**Ход:** у детей листы белой бумаги и набор фишек разного цвета, на доске схема с кругами разного цвета. Дети выкладывают по образцу на своих листах бумаги узор из кругов.

**Игра «Светофор»**

**Цель:** учить детей соотносить цвет с объектом, развивать зрительную память, цветовосприятие.

**Оборудование**: картинки с предметами, две с обозначением (круг красного и желтого цвета), круги красного и желтого цвета по количеству летей, колокольчик или бубен.

**Ход игры:** на доске или мольберте две картинки (дикое животное с красным кругом, домашнее животное с желтым кругом), дети рассматривают, обговаривают, какие животные обозначаются желтым цветом, какие красным. Затем под музыкальное сопровождение двигаются по помещению, как музыка затихает, смотрят какую картинку показывает педагог. Если с домашним животным, дети должны встать на круги желтого цвета, если дикое животное – на круги красного цвета (круги лежат на полу). Игра проигрывается несколько раз. Вместо домашних и диких животных можно взять овощи и фрукты, мебель и посуду и т.д.

**Игра «Один-много»**

**Цель**: учить детей образовывать в речи существительные в единственном и множественном числе; закреплять понятия «один» - «много»; развивать внимание, восприятие. Закреплять умение выполнять образные движения в соответствии с музыкой;

**Оборудование**: мольберты, картинки с изображением животных, круги красного и желтого цвета. На мольберте картинка с животным (один заяц рядом круг желтого цвета – единственное число, много зайцев рядом круг красного цвета – множественное число). На полу разложены круги желтого и красного цветов.

**Ход игры**: педагог показывает детям картинки с изображением животных (одна кошка – много кошек…). Дети должны определить сколько животных на картинке и правильно проговорить: «Одна корова» или «Много коров». Затем найти на ковре круг нужного цвета (один – желтый цвет, много – красный цвет) и встать на него. По команде под музыкальное сопровождение дети выполняют образные движения в соответствии с животным изображенным на картинке, по окончании музыки находят круг нужного цвета и встают на него.

**Упражнение на дыхание «Сдуй бабочку с ладошки».**

**Цель:** укреплять дыхательную мускулатуру, способствовать насыщению внутренних органов кислородом.

**Ход:** Одной рукой ребенок держит нитку с бабочкой и дует на нее. Дыхание плавное и долгое. Педагог читает стихотворение: **«**Я с бабочкой красной хотел подружиться,она прилетела и стала кружиться, и, кажется, даже коснулась крылом – немного щекотно, приятно, тепло». (подули…полетела… и снова села).

**Игра с воздушным шариком на дыхание** (упражнение на движение с речью, развитие воображения и плавного выдоха).

**Цель:** укреплять дыхательную мускулатуру, способствовать насыщению внутренних органов кислородом.

**Ход:** Педагог читает стихотворение: **«***Мы надули шар воздушный***,** *вот такой большой-большой;**Отпустили его в небо***,** *помахали вслед рукой.**Полетел воздушный шарик**прямо в небо к облакам.**Но за сук он зацепился***,** *лопнул, хлопнул, БАМ! Ш-Ш-Ш-Ш».* Дети повторяют движения за педагогом: надувают шарик, на носочках кружатся держа воображаемый шарик за ниточку в руке, отпускают его вверх, машут ему рукой, показывают движение-имитацию сдувающегося шарика, проговаривая при этом звук [Ш].

**Игры-распевки.**

**Цель:** развитие чувства ритма, музыкального слуха.

**Ход:** Дети под музыку вместе с педагогом двигаются в разных направления по залу и ищут гнома Цветика, произнося при этом долго и протяжно «Аууу». Дети по инструкции педагога зовут гнома то тихо, то громко, то медленно, то быстро. (Игра повторяется 3-4 раза).

**Игры с воздушным шаром: «Веселые шарики»** - внутри надутых шаров наполнитель горох или фасоль.

**Цель:** развитие координации движений, умения двигаться в такт музыке с предметом.

**Ход:** Дети стоят в кругу у каждого шар красного цвета, внутри фасоль. Выполняют основные виды танцевальных движений под музыку.

**Игра «Веселый пакетик»**

(Музыка LA RASPA)

**Цель:** развитие координации слов и движений под музыку.

**Ход:** Дети держат перед собой в натяжку пакет. По показу педагога в соответствии с музыкой выполняют движения:

* ритмично натягивают пакет, проговаривая «Там – там»;
* выполняют вращательные движения, проговаривая «Ля – ля – ля …»

**Ритмическая игра «Посуда» (ритмическое эхо)**

Автор А. Чугайкина

**Цель:** активизация речевого аппарата и развитие ритмического слуха.

**Ход:** в руках у детей посуда и 1 клавеса.

Дети поют:

У меня в руках посуда,

Весело играть я буду.

Надо только постараться,

Слушать и не отвлекаться.

На проигрыш дети повторяют (эхо) ритмический рисунок за педагогом.

**Ритмическая игра «Тарелочки»**

(Музыка: «Берлинская полька»)

**Цель:** развитие ритмического слуха с одновременной координацией движений и речевой активизацией.

**Ход:** В ладонях у детей пластиковые тарелочки, закрепленные на пальцах при помощи резинок. В соответствии с музыкой по показу педагога воспитанники ударяют тарелки друг об друга, сопровождая каждый удар слогом «Бах!»:

* перед собой;
* вверх – вниз;
* вперед-назад;
* у правого, левого уха;
* кружение вокруг себя с «топотушками».

**«Ритмичные стаканчики».**

**Цель:** развитие внимания и ритмического слуха**.**

**Ход:** педагог с детьми сидят за столом в кругу (у каждого по два стаканчика соответствующего цвета). и выполняют под музыку различные движения (по показу и словесной поддержке): переставляют стаканчики вперед-назад; на плечи; передают стаканчики друг другу по кругу, меняя скорость и направление передаваемых стаканчиков в зависимости от музыки.

**Игры с шариками «Повтори за мной».**

**Цель:**

**Ход:** дети становятся в круг и передают друг другу под музыку воздушный красный шарик. Дети слушают музыку, когда она начинает звучать быстрее, они передают шарик друг другу ускоряясь, затем она звучит медленнее, и ребята передают шарик друг другу не спеша. По ходу игры педагог меняет инструкции:передавая шар друг другу надо назвать свое имя;назвать соседа ласковым словом;передать шарик соседу – хлопнуть в ладоши (топнуть ногой и т.д.).

**«Бумажный БУМ»**

**Цель:** развитие координации движений**.**

**Ход:** детям раздается бумага размера А4 (пергамент). Дети выполняют различные танцевальные движения, прохлопывая по бумаге ладонью разные ритмичные рисунки по музыкальным фразам.

**Гимнастика для глаз «Бабочка»**

**Цель**: профилактика нарушений зрения, укрепление глазных мышц, снятие напряжения, предупреждение утомления.

Спал цветок

*(закрыть глаза, расслабиться, помассировать веки, слегка надавливая на них, по часовой стрелке и против нее)***.**

И вдруг проснулся

*(поморгать глазами).*

Больше спать не захотел

*(руки поднять вверх (вдох), посмотреть на руки).*

Встрепенулся, потянулся

*(руки согнуты в стороны (выдох).*

Взвился вверх и полетел

*(потрясти кистями, посмотреть вправо-влево).*

**Кинезиологические упражнения**

**Кулак-ребро-ладонь»**.

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

**Ход**: Ребенку показывают три положения руки на плоскости пола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет движения вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе. При затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

**«Колечко»**.

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела).

**Ход:** Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале движения выполняются каждой рукой отдельно, затем вместе.

**«Лезгинка».**

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

**Ход: Ребенок** складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

**«Лягушка.**

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

**Ход:** Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и разнонаправленно менять положение рук.

**«Ухо-нос»**.

**Цель:**развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

**Ход:** Ребенку предлагают левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

**Дыхательные упражнения.**

**Цель:** активизация работы стволовых отделов мозга, ритмирование правого полушария, энергетизация мозга.

1-ый вариант. Вдох, пауза, выдох, пауза. При выполнении дыхательных упражнений более эффективно дополнительно использовать образное представление (визуализация), т.е. подключать правое полушарие. Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, расположенного в животе, соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

2-ой вариант.Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом для закрытия правой ноздри используют большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, а для закрытия левой ноздри применяют мизинец правой руки). Дыхание медленное, глубокое. Дыхание только через левую ноздрю активизирует работу правого полушария головного мозга, способствует успокоению и релаксации. Дыхание только через правую ноздрю активизирует работу левого полушария головного мозга, способствует решению рациональных задач.

З-ий вариант. Глубоко вдохнуть. Пауза. На выдохе произносить звуки: пф-пф-пф-пф-пф. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: р-р-р-р. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: з-з-з-з. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: ж-ж-ж-ж. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: мо-ме-мэ-му.

**Глазодвигательные упражнения.**

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), формирование вектора сканирования пространства.

1-ый вариант. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Необходимо отрабатывать движения глаз по четырем основным (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Каждое из движений делается сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы. Движения совершаются в медленном темпе (от 3 до 7 секунд) с фиксацией в крайних положениях; причем удержание должно быть равным по длительности предшествующему движению. При отработке глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребенка рекомендуется использовать какие-либо яркие предметы, маленькие игрушки и т.д. Тем областям в поле зрения ребенка, где происходит "соскальзывание" взгляда, следует уделить дополнительное внимание, "прорисовывая" их несколько раз, пока удержание не станет устойчивым.

2-ой вариант. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Отрабатывать движения глаз по четырем основным (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Движения глаз необходимо совмещать с дыханием. На фазе глубокого вдоха необходимо сделать движения глазами, затем удержать глаза в крайнем латеральном положении на фазе задержки дыхания. Возврат в исходное положение сопровождается пассивным выдохом. Упражнения можно выполнять с легко прикушенным языком или плотно сжатыми челюстями.

**Практическая деятельность «Пластилиновые заплатки»** *(развитие зрительно-моторной координации).*

У каждого ребенка лежит цветной шаблон с грушей желтого цвета с белыми «пустотами» (пробелами) круглой формы. Дети выбирают пластилин нужного цвета и заполняют пробелы. От пластилина отщипывают кусочки и катают из них шарики, шарик аккуратно вставляют в место заплаток и прижимают, превращая его в маленькую лепешку. Работа будет готова, когда все белые места будут заполнены, и аппликация приобретет законченный вид.

**Релаксация (самовыражение в цвете)**

**Цель:** снятие внутреннего мышечного напряжения, приведение нервной системы в нормальное состояние

**Ход:** дети лежат на полу в расслабленной позе с закрытыми глазами и слушают педагога под тихую музыку.

**Педагог:** «Закройте глаза и представьте себя на полянке, вокруг все желтого цвета. Мир выкрашен в желтый цвет. Желтая бабочка, желтая букашка. Желтые листики, желтая ромашка. Желтое солнышко, желтенький песочек. Желтый – цвет радости. Радуйся дружочек».

**Релаксация** (под спокойную, медитативную музыку). Дети лежат на коврике. Педагог под тихую музыку читает текст.

Мы спокойно отдыхаем - 2 раза.

Сном волшебным засыпаем - 2 раза.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают - 2 раза.

Ноги тоже отдыхают.

Отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена,

А расслаблена она.

Губы чуть приоткрываются

Все чудесно расслабляется.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Хорошо нам отдыхать,

Но, пришла пора вставать!

**Релаксация**

**Цель:** развивать воображение**,** учить расслаблять мышцы.

**Ход:** дети лежат на ковре и слушают педагога**.**

**Педагог**: «Лягте в удобно, расслабьтесь, дышите ровно и легко. Закройте глаза. Представьте, что перед вашими глазами радуга.Первый цвет – голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает глаз в жару, он освежает тебя, как купание в озере. Ощути эту свежесть.Следующий – желтый. Желтый приносит нам радость, он согревает нас, как солнышко, он напоминает нам нежного пушистого цыпленка, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимет настроение.Зеленый – цвет мягкой лужайки, листьев и теплого лета. Если нам не по себе и мы чувствуем себя неуверенно, зеленый цвет поможет чувствовать себя лучше. Откройте глаза. Что вы чувствовали и ощущали, когда представляли себе, что смотрите на голубой, желтый и зеленый цвет? Возьмите с собой эти ощущения на весь день».

**Ритуал окончания занятия «Солнечные лучики»**

**Цель:** создать атмосферу группового доверия, снять мышечное и эмоциональное напряжение.

**Ход:** дети с педагогом стоят в кругу, вытянув обе руки вперед, закрыв глаза. Педагог предлагает почувствовать, как тепло насыщает руки-лучики.

**Дыхательное упражнение «ХА»**

**Цель:** укреплять дыхательную мускулатуру; способствовать насыщению внутренних органов кислородом.

**Педагог:** полный вдох носом, одновременно прямые руки поднимаются над головой, ладони могут быть соединены. К можно дольше задержать дыхание до ощущения напряжения мышц брюшного пресса. Полный выдох через рот с произношением «ХА», с резким наклоном туловища вперед и опусканием рук вниз (при этом на выдохе дети должны «выбросить из себя» недомогания и усталость).

**Пальчиковая гимнастика** (подготовка к работе с пластилином, дети садятся за столы).

Палец толстый и большой

В сад за сливами пошёл.

Указательный с порога

Указал ему дорогу.

Средний пальчик – самый меткий:

Он сбивает сливы с ветки.

Безымянный поедает,

А мизинчик-господинчик

В землю косточки сажает.

*(Пальцы сжаты в кулак. Поочерёдно показывает пальцы в соответствии с текстом, начиная с большого пальца).*

## Список литературы

1. Алябьева Е.А. Развитие воображения и речи детей 4-7 лет: Игровые технологии. – М.: «СФЕРА», 2006.
2. Анфалова В.В., Бурдина В.Г. Нейропсихологический подход к развитию чувства ритма у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Коррекционная педагогика: теория и практика. – 2020 г.
3. Батмунх Мунхоо. Индивидуальная программа обучения для детей с нарушениями в развитии. Коррекционная педагогика: теория и практика. – 2020 г.
4. Белякова Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи/ Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова; под ред. Л.И. Беляковой. – М.Е Книголюб, 2004.
5. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Филатова Ю.О., Хатнюкова-Шишкова Т.Г. Здоровьесберегающие технологии развития речи у детей. Формирование речевого дыхания.- М.: Национальный книжный центр, 2017.
6. Вечканова И.Г. Комплексный интегративный подход к организации проектной деятельности детей дошкольного возраста с ЗПР. Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2022 г.
7. Дивина Е.А. Обучающие занятия для детей дошкольного возраста с элементами методики Монтессори.– СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.
8. Калюта В.И. Работа с родителями как важная составляющая деятельность службы психолого-педагогического сопровождения образовательной организации. Коррекционная педагогика: теория и практика. – 2023 г.
9. Кулганов В.А., Сорокина Н.В. Психологические особенности развития детей и профилактика неврозов. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
10. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии: учебное пособие для вузов/ 2-е изд., испр. И доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2021.
11. Никитина О. Тематический досуг как форма успешной социализации детей с ОВЗ. Дошкольная педагогика. – 2020 г.
12. Нищева Н.В. Новые разноцветные сказки. Конспекты комплексных занятий. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009.
13. Петрушина С.А. Использование образовательной кинезиологии в коррекционно-развивающей работе с детьми старшего дошкольного возраста. Дошкольная педагогика – 2020 г.
14. Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. – СПб.: Издательство Речь, 2005.
15. Серов Н.В. Световая терапия. Смысл и значение цвета. – СПб.: Издательство Речь, 2001.
16. Сидорова И.В. Развитие и коррекция с использованием цвета эмоционального мира детей старшего дошкольного возраста: методическое пособие. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.
17. Чистякова М.И. Психогимнастика/ Под ред. М.И. Буянова – 2-е изд.- М.: Просвещение ВЛАДОС, 1995.
18. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой. – М.: Издательство Метафора 2007.