



Здоровьесберегающие технологии

Лексическая тема: "ОВОЩИ"

Выполнила музыкальный руководитель МБДОУ № 44

Габдулхаликова Эльвира Гамировна

**1. Развитие мелкой моторики.
Координация движений в сочетании с речью**

Поочередно загибать пальцы.

Сколько грядок в огороде?
В огороде у Федоры
Растут на грядках помидоры,
А на грядке у Филата
Много разного салата.
У бабушки Феклы
Четыре грядки свеклы.
У дядюшки Бориса
Очень много есть редиса.
У Маши и Антошки
Две гряды картошки.
Рад, два, три, четыре, пять
Поможем урожай собрать.

Повторяй за мной зарядку.
В ней звук Т пришел на
грядку.
Тыква - вот, а вот - томат.
Здесь - капуста, здесь - салат,
Тмин, картошка, артишок
И петрушки корешок.
Все, что вырастили мы,
Будем есть мы до весны.

2. Упражнения для мышц шеи.

Работа над дыханием

Высматриваем огурцы. Вытянуть шею (вдох ртом). Наклонить голову вперед вниз выдох носом). «Посмотрим, будет ли дождик». Поднять голову в исходную позицию, затем откинуть назад (вдох ртом, вернуться в исходную позицию (выдох носом).

Что мы видим слева, а что - справа? Посмотреть направо увидеть «арбуз», посмотреть налево - увидеть «дыню». Поворачивать голову в стороны: налево (вдох носом) - прямо (выдох ртом); направо (вдох ртом) - прямо (выдох носом).

3. Мимические упражнения

Чистим и едим лук. От лука слезятся глаза. Он горький. Огородное пугало. Показать: вы испугались огородного пугала.

Изобразить страшное пугало, чтобы все птицы вас испугались.

4. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц

Стручок фасоли. Изобразить створки фасоли. Челюсти в спокойном состоянии (счет «раз», «два»). «Стручок лопнул» - движение нижней челюсти вперед (на счет «три»):

- а) без нажима языком на нижнюю челюсть;**
- б) с сильным нажимом - подталкиванием языком нижней челюсти вперед.**

5. Упражнения для губ и щек

Пришли дети в огород, от удивления открыли рот, увидев огромную тыкву. Широко открыть рот (удерживать под счет до «пяти-шести»).

Толстячки - худышки.

Изобразить овощи на грядке. Арбузы, тыквы, кочаны капусты - «толстячки»; лук, чеснок, стручок гороха и другие - «худышки».

6. Упражнения для языка

Лопата. «Надо выкопать картофель, приготовьте лопаты». Язык лежит на нижней губе в спокойном состоянии.

Копаем картошку. Кончик языка поднимать и опускать, закрывая то верхнюю, то нижнюю губу.

Кабачок, кабачок, покажи-ка свой бочок. Широко открыть рот, закрыть «широким». языком верхние зубы. Опустить язык за нижние зубы.

Ровная дорожка (или грядка) в огороде.

Широко открыть рот, опустить язык за нижние зубы.

Игра «Я - не Я». Опускать кончик языка за нижние зубы, губы в улыбке. Педагог произносит предложения: «Я люблю морковь», «Я люблю огурец», «Я люблю сырую картошку» и т. д.

Дети отвечают: «И я, И я!» или «Не я, не я!»

7. Развитие физиологического дыхания

Игровое упражнение «Арбуз». Положить руки ниже ребер, сделать вдох и надуть живот как арбуз (под счет до «трех»). Выдох живот втянуть (похож на ямочку).

8. Развитие речевого дыхания и голоса

Разговоры овощей. Произносить слоговые сочетания от имени Помидора (хвастливо) и Огурца (обиженно). Помидор хвастается перед Огурцом тем, что он красный, красивый: «Па-пу, пы-по!» Огурец: «Пы-бы, по-бо». Кабачок говорит Баклажану, что ему надоело лежать на грядке: «То-ты-ту».

Произносить «Ох!», «Ах!», «Ух!» шепотом, тихо и громко от имени дедушки, бабушки и внучки.

9. Речевая зарядка

«Ох! Ох! Ох!» - ворчит Горох. Помидоры: «Ах! Ах! Висим мы на кустах». Лук: «Ух! Ух! Ух! Какой на мне кожух!» Огорченные овощи. Морковь: «ОЙ! ОЙ! ОЙ! Меня никто не выдергивает!» Картофель: «ОЙ! ОЙ! Ой! Меня никто не копает!» .

10. Пальчиковая гимнастика «Капустка»

**Мы капустку чистим, чистим,
мы капустку чистим, чистим.
Мы всех просим не зевать,
а немножко помогать.**

**Мы капустку рубим, рубим.
Мы капустку рубим, рубим.
Мы всех просим не зевать,
а немножко помогать.**

**Мы капустку давим, давим.
Мы капустку давим, давим.
Мы всех просим не зевать,
а немножко помогать.**

**Мы капустку солим, солим.
Мы капустку солим, солим.
Мы всех просим не зевать,
а немножко помогать.**