

«Кинезиология» и пальчиковая стимуляция»

Загитова О.А.,
учитель-логопед,
МБДОУ Детский сад № 147
г. Уфа

Кинезиология и пальчиковая стимуляция

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей, психического и физического здоровья через использование определённых двигательных упражнений. Кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, развивать мозолистое тело. Они улучшают память и внимание, мыслительную деятельность. В логопедии используются следующие направления кинезиотерапии:

- ☐ Логопедическая ритмика.
- ☐ Артикуляционная гимнастика.
- ☐ Пальчиковая гимнастика.
- ☐ Дыхательные упражнения.
- ☐ Различные тренажёры.
- ☐ Корректирующие позы.

Кинезиология

Кинезиотерапия решает следующие задачи:

Оздоровительные

- Укрепление костно-мышечного аппарата
- Развитие дыхания
- Развитие моторной функции
- Развитие речедвигательной системы

Образовательные

- Развитие пространственных представлений
- Совершенствование ловкости
- Развитие координация движений

Воспитательные

- Умственное воспитание
- Нравственное воспитание
- Эстетическое воспитание
- Трудовое воспитание

Кинезиология

Коррекционные

- Развитие речевой функциональной системы
- Развитие неречевых психических процессов

Исходя из многообразия направлений использования кинезиотерапии в логопедии и клинических проявлений общего недоразвития речи, Г.А.Волкова описала важнейшие направления работы:

- Развитие темпа, ритма, дыхания.
- Движения артикуляционных органов.
- Логопедическая ритмика, способствующая развитию фонематического восприятия.
- Коррекция речевых нарушений.

Кинезиология

Для результативности логопедической работы необходимо учитывать определенные условия:

- Упражнения необходимо проводить ежедневно.
- Занятия проводятся утром.
- Занятия проводятся ежедневно, без пропусков.
- Занятия проводятся в доброжелательной обстановке.
- Точное выполнение движений и приемов.
- Упражнения проводятся стоя или сидя за столом.
- Упражнения проводятся по специально разработанным комплексам.
- Длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.

Все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии.

Кинезиология

Польза кинезиологических упражнений:

Кинезиологические упражнения развивают двухполушарное мышление, повышают обучаемость и помогают избавиться от неуспешности.

Развивают речь, а также крупную и мелкую моторику.

Развивают интеллектуальные и творческие способности.

Улучшают долговременную и кратковременную память.

Формируют пространственные представления.

Облегчают процесс чтения и письма.

Так, например, дыхательные упражнения развивают самоконтроль, улучшают ритмику организма. Упражнения для развития общей и мелкой моторики стимулируют речевые зоны головного мозга, что улучшает процесс исправления звукопроизношения и активизации речевой деятельности. Точечный массаж воздействует на биологические активные точки. Упражнения на релаксацию способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Такие упражнения укрепляют психофизиологическое здоровье детей, повышают общий жизненный тонус.

Кинезиология

Кинезиологические упражнения условно можно разделить на несколько групп:

- Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность;
- Упражнения для развития мелкой моторики стимулируют речевые зоны головного мозга;
- Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма;
- Растяжки нормализуют гипертонус и гипотонус мышц опорно-двигательного аппарата
- Упражнения на релаксацию способствуют расслаблению, снятию напряжения
- Массаж – воздействует на биологически активные точки
- Телесные движения – развивают межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы.

Кинезиология

Кинезиологические упражнения могут быть включены в индивидуальные, подгрупповые, групповые занятия любого педагога, могут быть использованы в качестве динамической паузы или физминутки, в начале занятия в качестве организационного момента, для повышения интереса детей к занятиям. Несколько минут, потраченных на кинезиологические упражнения, повышают умственную работоспособность и способствуют оптимизации психоэмоционального состояния, снижают заболеваемость, утомляемость детей. В своей работе я использую разные кинезиологические упражнения в зависимости от вида занятия, его целей. Используемые в работе упражнения представлены в программе А.Л. Сиротюк «Коррекция развития интеллекта дошкольников», в комплексах упражнений из программы «Гимнастика Мозга» Пола Деннисона, много комплексов также можно найти в сети «Интернет» в свободном доступе.

Кинезиология

Правила применения кинезиологических упражнений:

точность выполнения движений и приемов. Вначале сам педагог должен научиться точно и четко выполнять движение, а потому уже показывать это детям;

систематичность выполнения кинезиологических упражнений;

постепенное увеличение темпа и сложности;

желательно чередовать выполнение заданий с кинезиологическими упражнениями;

при вовлечении детей в творческую деятельность упражнения следует проводить до начала работы, не прерывая ее. Это объясняется тем, что творческие виды работы связаны с работой правого полушария и должны выполняться при полном погружении в работу;

занятия, связанные с деятельностью левого полушария (логика, знаки, чертежи) могут быть прерваны динамической кинезиологической паузой.

Логопед учитывает возрастные и личностные особенности ребенка, состояние его двигательной системы, характер и степень нарушения речевых и неречевых процессов: пространственного праксиса, гнозиса, слухового и зрительного восприятия, внимания, памяти.

Кинезиология

Этапы реализации и содержание работы по использованию кинезиологических упражнений в логопедической практике:

1. Разучиваем с дошкольниками кинезиологические упражнения, отрабатывая технику выполнения движения.
 2. Затем, решая задачи развития речи, добавляем к этим упражнениям речевое сопровождение;
 3. Подключаем движение языка к движениям рук;
 4. Сочетаем дыхательные и двигательные упражнения;
 5. Дополняем двигательные упражнения учебными действиями, связанными с мыслительной деятельностью (отбором, классификацией, различением).
- Важно отметить, что последовательное соединение кинезиологических упражнений с приёмами и методами логопедического воздействия, переходит в один игровой приём, на одном занятии используем 1-2 игровых приема.

Кинезиология

Основной целью кинезиологии является помощь детям, развивающимся с какими-либо проблемами. Выполняемые упражнения задействуют межполушарные связи, и это способствует улучшению мыслительной работы, развивает мелкую моторику. Кроме того, значительно улучшаются память, внимание, речь, когнитивные качества.

Полушария человека не симметричны по своему функциональному назначению.

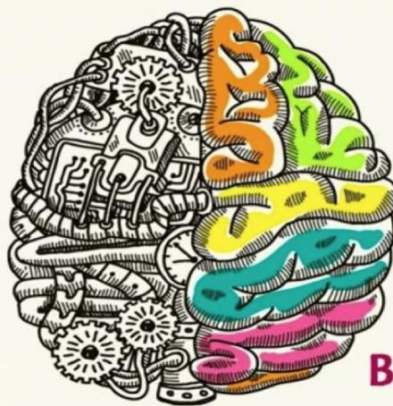
Правое – «гуманитарное», творческое, отвечающее за координацию, зрение, пространственное мышление и тактильные ощущения.

Левое полушарие – настоящий «математик». Оно отвечает за логику, точное мышление, восприятие информации на слух, помогает корректно ставить цели и добиваться их. Чтобы успешно решать любые проблемы – необходимо слаженное действие обоих полушарий.

Кинезиология

Левое полушарие

ЛОГИКА
АНАЛИЗ
РЕЧЬ
РАБОТА
С ЧИСЛАМИ



Правое полушарие

ИНТУИЦИЯ
ЭМОЦИИ
МЕЧТЫ
ВООБРАЖЕНИЕ

Кинезиология и пальчиковая стимуляция

Существует гипотеза эффективного взаимодействия правого и левого полушария как физиологической основы общей одарённости.

Интегрированное межполушарное взаимодействие является основой развития интеллекта и служит для передачи информации из одного полушария в другое.

Применение данного метода в логопедии позволяет улучшить у ребенка:

- **звукопроизношение** (подготовить органы артикуляции к постановке звуков, формировать правильное речевое дыхание, автоматизировать поставленные звуки изолированно, в слогах, словах, словосочетаниях, предложениях);
- Например, упражнение “Ныряльщик”. Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох. Для постановки звуков, необходимо научить ребенка дифференцированному дыханию, правильной выработке воздушной струи, что позволяет это упражнение и другие: «свеча», «летающие бабочки», «сдуй снежинку с варежки», «футбол», «парашютист» и др.

«Кинезиология»

Кинезиология – это наука о развитии нашего головного мозга посредством движений. Кинезиологические методики универсальны для развития умственных способностей с помощью специальных двигательных упражнений, направленных на синхронизацию работы обоих полушарий мозга, что приводит к общей гармонизации в работе систем организма.

Здесь задействованы не только механические, но и психофизиологические законы развития человека. Кинезиологические упражнения очень полезны для дошкольников имеющих различные проблемы в психо-физическом развитии, в частности, в речевом развитии. У детей с общим недоразвитием речи отмечается низкая сформированность звуковой и смысловой сторон речи, выражающаяся в грубом или остаточном недоразвитии лексико-грамматических, фонетико-фонематических процессов и связной речи, двигательная, моторная неловкость, приводящие к расстройствам эмоционально-волевой, личностной сфер, снижению работоспособности, отставанию в развитии двигательной сферы.

«Кинезиология»

Поэтому, проанализировав имеющийся педагогический опыт, научно-методическую литературу, оценив положительное воздействие кинезиологических упражнений на развитие ребенка, на его речевое развитие, стала их применять с целью коррекции недостатков речевого развития у детей с ОНР.

Значение кинезиологических упражнений не только в том, что они способствуют исправлению недостатков устной речи дошкольников, но и в предупреждении нарушения чтения и письма будущих школьников.

«Кинезиология»

Этапы реализации и содержание работы по использованию кинезиологических упражнений в логопедической практике:

1. Разучиваем с дошкольниками кинезиологические упражнения, отработывая технику.
2. Затем, преследуя задачи развития речи, добавляем к этим упражнениям речевое сопровождение;
3. Подключаем движение языка к движениям рук;
4. Сочетаем дыхательные и двигательные упражнения;
5. Дополняем двигательные упражнения учебными действиями, связанными с мыслительной деятельностью (отбором, классификацией, различением).

Усовершенствованные упражнения прорабатываются постепенно: вначале дети выполняют их пассивно, с помощью логопеда (индивидуально), а по мере усвоения – самостоятельно (индивидуально или в группе).

Последовательное соединение кинезиологических упражнений с приёмами и методами логопедического воздействия, переходит в один игровой приём.

Кинезиология

Кинезиологические приёмы, которые мы использовали в логопедической практике:

в работе по коррекции нарушений звукопроизношения

в работе по коррекции нарушений фонематического слуха

В работе по коррекции нарушений слоговой структуры слова

в работе по коррекции нарушений лексико-грамматического строя речи.

Примеры использования кинезиологических упражнений.

Кинезиологические упражнения, используемые в логопедической работе по коррекции нарушений звукопроизношения.

В работе логопеда по комплексной коррекции звукопроизношения большое значение имеет правильное дыхание. Поэтому при постановке и коррекции звуков речи применение кинезиологических упражнений по развитию дыхания дает очень хороший эффект. Примером может служить использование таких упражнений.

«Кинезиология»

Кинезиологические упражнения используются в непосредственно образовательной деятельности, на фронтальных, подгрупповых и индивидуальных занятиях по развитию и коррекции речи. Комплексы кинезиологических упражнений, используемых в логопедической работе:

- по развитию и коррекции нарушений звукопроизношения;
- по развитию и коррекции нарушений фонематического слуха;
- по коррекции нарушений лексико-грамматического строя речи.

Кинезиологические упражнения, используемые в логопедической работе по коррекции нарушений звукопроизношения.

Постановка звуков, дыхания, голоса – первый этап формирования произносительных навыков у детей с нарушениями речи. На данном этапе применяются кинезиологические упражнения по развитию дыхания, артикуляционной моторики и др.; опираемся на сохранные анализаторы (зрительный, осязательный, двигательный, слуховой), в результате чего ребёнок усваивает то или иное произносительное умение.

«Кинезиология»

Для постановки звуков, необходимо научить ребенка дифференцированному дыханию, правильной выработке воздушной струи, что позволяют упражнения: “Свеча”, “Дышим носом”, “Горизонтальная восьмерка” (1, 2-я неделя занятий)

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, 3 пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Мозолистое тело необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Нарушение мозолистого тела искажает познавательную деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущее полушарие берет на себя большую нагрузку,

«Кинезиология»

а другое блокируется. Оба полушария начинают работать без связи. Нарушаются пространственная ориентация, адекватное эмоциональное реагирование, координация работы зрительного и аудиального восприятия с работой пишущей руки. Ребенок в таком состоянии не может читать и писать, воспринимая информацию на слух или глазами. Значительную часть коры больших полушарий мозга человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности ее большого пальца, который, у человека противопоставлен всем остальным пальцам. При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет. Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела.

«Кинезиология»

Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) кинезиологические упражнения можно развить через Кинезиологические упражнения –это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Они развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. Причем, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии. Кинезиологические упражнения совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, снижают заболеваемость и делают жизнь ребенка более безопасной благодаря таким качествам, как ловкость, сила, гибкость; - готовят ребенка к школе, постепенно приучают его выдерживать 4 нагрузки, проявлять волю; - способны помочь ребенку справиться со стрессовыми ситуациями и постоять за себя в непростой жизни.

Пальчиковая стимуляция

Пальчиковая гимнастика для детей и пальчиковые игры - это упражнения для развития мелкой моторики рук, координации движений и сенсорной интеграции. Они помогают детям улучшить свою ловкость, точность движений, а также способствуют развитию мышления и внимания. Пальчиковые игры для детей часто используются в дошкольных учреждениях для подготовки детей к обучению грамоте. Они помогают закрепить знание букв и цифр, а также научиться правильно держать карандаш или ручку. Для старших возрастных групп пальчиковая гимнастика может использоваться как метод расслабления перед началом работы или как способ повысить концентрацию в процессе выполнения заданий.

Пальчиковая стимуляция

Пальчиковая гимнастика - это упражнения, направленные на развитие мелкой моторики рук и пальцев, что является важным аспектом развития ребенка. Польза пальчиковых игр заключается в следующем:

- развитие моторики рук и пальцев. У детей, особенно младшего возраста, формируются движения, необходимые для письма, рисования, вырезания, складывания. Пальчиковые игры для малышей позволяют усовершенствовать эти движения;
- развитие мелкой моторики. Пальцы рук - это наиболее точный и чувствительный инструмент ребенка. Занятия помогают развить способность координации мелких движений рук и пальцев;
- развитие креативности и воображения. Пальчиковые игры могут быть очень разнообразными и творческими. Они помогают развивать воображение и представление детей;
- улучшение концентрации и внимательности. При выполнении пальчиковых упражнений, у детей улучшается концентрация внимания на задаче и развивается умение удерживать внимание в течение продолжительного времени;

Пальчиковая стимуляция

развитие речи и языковых способностей. При выполнении некоторых упражнений дети могут повторять слова и звуки, что положительно влияет на развитие речи и языковых способностей.

Поэтому, пальчиковая гимнастика для дошкольников – это важный элемент раннего детского развития и влияет на развитие многих аспектов, включая развитие мелкой моторики, креативности, улучшение концентрации и внимательности, а также на развитие речи и языковых способностей.

Пальчиковая стимуляция

Пальчиковая гимнастика улучшает кровообращение и снимает напряжение и усталость в руках. Можно попробовать следующие упражнения для пальчиковой гимнастики: сжимание и разжимание кистей. Расправьте и сжимайте кисти в течение 20-30 секунд. Повторите упражнение несколько раз;

"щипки" пальцами: взять мелкий предмет (например, мел или шарик) и поднимать его, используя только кончики пальцев. Повторить 10-15 раз;

вращение кистей. Сидя за столом, положите ладони на стол, пальцы вытяните вперед, и начните вращать кисти по часовой стрелке, затем против часовой стрелки. Повторите 10 раз каждым направлением;

растяжка пальцев. Сядьте на стуле и положите руки на колени ладонями вверх.

Растяните пальцы как можно дальше от себя, затем сожмите в кулак. Повторите 10-15 раз.

Помните, что гимнастика для рук и пальцев не должна вызывать боли. При ощущениях дискомфорта или боли, нужно снизить интенсивность упражнений. Для достижения наилучшего эффекта необходимо заниматься пальчиковой гимнастикой регулярно - хотя бы несколько раз в неделю.

Пальчиковая стимуляция

Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?

1. Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.
2. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умения подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.
3. Ребенок учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять.
4. Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.
5. Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенное положение рук и последовательность движений.
6. У ребенка развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказать руками» целую историю.
7. В результате освоения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Пальчиковая стимуляция

К популярным играм относятся подвижные игры со стихотворным сопровождением. Дети могут повторять все слова за взрослыми. При сочетании движений и речи развиваются интеллектуальные способности малыша.

Актуальны пальчиковые игры в раннем возрасте с предметами. Для выполнения упражнений используются такие предметы, как массажные мячики, шишки или карандаши.

Чтобы повысить интерес ребенка к занятиям используются игры-манипуляции. Для этого можно применять пальчиковые игрушки. Такой театр способствует развитию речи у детей и внимания.

Улучшению мыслительной деятельности способствуют кинезиологические пальчиковые игры, активизирующие межполушарные взаимодействия.

Игры и упражнения для пальчиковой гимнастики для детей подбираются с учетом возраста ребенка.

Пальчиковая стимуляция

Для детей 5 лет подойдут такие варианты:

«пальчики-водопад»: в этой игре нужно опустить руку под стол, а затем быстро вытащить ее и распределить пальцы как водопад. Затем можно повторить это несколько раз с изменением скорости и направления движения рук;

«пальчики-баскетболисты»: используйте указательный палец, чтобы бросать мяч в кольцо, сделанное из других пальцев. Можно играть в командных соревнованиях или по очереди;

«пальчики-художники»: используйте пальцы, чтобы нарисовать или отпечатать картинку при помощи красок или пальцевого красителя на бумаге.

Для дошкольников (6 лет и старше):

«пальчики-акробаты»: используйте пальцы, чтобы выполнять различные акробатические фигуры, такие как колесо или перекат через мизинцы;

«пальчики-манипуляторы»: используйте пальцы, чтобы управлять игрушками или манипулировать предметами, например, создавая конструкции из спичек или зубочисток;

«пальчики-детективы»: используйте пальцы, чтобы разгадывать головоломки и игры на ловкость, например, расставляя пальцы в определенной последовательности для открытия сейфа или решения загадки.

Пальчиковая стимуляция

Жил- был ёжик (показываем шарик-массажёр).

Он был колочий (обхватываем ладонью правой, затем левой руки).

Как-то раз, пошёл он погулять (катаем по кругу на ладони).

Пришёл на полянку, увидел короткую тропинку и побежал по ней (катаем от ладони к мизинчику и обратно), вернулся на полянку (катаем по кругу на ладони), опять побежал по полянке (катаем между ладонями по кругу).

Заметил речку, побежал по её бережку (катаем по безымянному пальцу), снова вернулся на полянку (между ладонями), посидел, отдохнул, погрелся на солнышке, увидел длинную тропинку и побежал по ней (катаем по среднему пальчику), вернулся на полянку и увидел горку, решил забраться туда (слегка поднимаем указательный пальчик (горка) и водим шариком по нему).

Потом ёжик покати́лся вниз и снова оказался на полянке (движение по кругу на ладони), увидел деревце и обегал вокруг него (катаем вокруг большого пальчика, подняв его).

Стало ёжику жарко, он высунул свою мордочку навстречу прохладному ветерку.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyiy-obraz-zhizni/2018/01/22/skazka-ezhik-kineziologicheskie-uprazhneniya>



Пальчиковая стимуляция

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем.

(катаем шарик вертикально)

Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем.

(катаем шарик горизонтально)

Катаем, катаем, катаем

Сильней на шарик нажимаем.

(катаем шарик вертикально)

Как колобок мы покатаем,

Сильней на шарик нажимаем.

(катаем шарик в центре ладошки)



Пальчиковая стимуляция

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

В ручку правую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

В ручку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Мы положим шар на стол
И посмотрим на ладошки,
И похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки.
Мы немного отдохнём,
Заниматься мы начнём.



Пальчиковая стимуляция

Раз – два – три – четыре – пять,
разгибать пальцы по одному
Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный, и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.



Пальчиковая стимуляция

Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение.

Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?



Автоматизация звука С

Ёжик утром проснулся,
Солнышку улыбнулся.
Чистой росой умылся,
Вкусной сушкой подкрепился.
Ес-ес-ес, ес-ес-ес,
Отправился гулять в лес.
В лесу с лисой повстречался.
Лису сильно испугался.
Са-са-са, са-са-са.
Ох, не съела бы лиса.
От испуга свернулся клубком,
Покатился с бугра кувырком.
Сы-сы-сы, сы-сы-сы,
Покатился скорей от лисы.
Катился, катился
И под кустом притаился.
Посидел, посидел под кустом.
В свою норку пустился бером.



<https://nsportal.ru/detskiy-sad/razvitie-rechi/2019/01/15/igry-i-uprazhneniya-s-su-dzhok-sharikom>

Используем колечко из Су-Джок

(с использованием колечка)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- Мальчик-пальчик,

Где ты был?

(надеваем кольцо Су Джок на большой палец)

- С этим братцем в лес ходил,

(надеваем кольцо Су Джок на указательный палец)

-С этим братцем щи варил,

(надеваем кольцо Су Джок на средний палец)

-С этим братцем кашу ел,

(надеваем кольцо Су Джок на безымянный палец)

-С этим братцем песни пел

(надеваем кольцо Су Джок на указательный палец).



Усатый дядя

Удерживать ватную палочку горизонтально между верхней губой и носом. Дядя у нас сердитый, смотрит исподлобья, хмурит брови, голову не запрокидывает, а, наоборот, опускает (упражнение для развития круговой мышцы рта).

