### Перспективный план по использованию здоровьесберегающих технологий в группе старшего дошкольного возраста для детей с тяжелыми нарушениями речи

**учителя-логопеда Садыковой О.В. на 2021-20202 уч.год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Виды технологий** | **Комплекс** | **Задачи** |
| Сентябрь | Пальчиковая гимнастика | «Мы капусту рубим» | Развитие мелкой моторики |
| Логопедические пятиминутки. Упражнение «Что лишнее?» | * птицы улетают на юг;
* расцвели подснежники
* пожелтели листья на деревьях;
* идет уборка урожая.
 | Развитие слухового внимания |
| Гимнастика для глаз | “Весёлая неделька” | проводится в целях предупреждения утомления глаз, для укрепления глазных мышц и снятиянапряжения. |
| Физкультминутки | «Золотая осень» | Повысить или удержать умственнуюработоспособность детей на занятиях (по счету, развитию речи и т. п.), обеспечить кратковременный активный отдых длядошкольников |
| Пальчиковая гимнастика | «Дождик». | Координация речи с движением. |
| Гимнастика пробуждения | Комплекс №1 | Способствовать пробуждению после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания.Укрепить дыхательный тракт. Воспитыватьбережное отношение к своему телу. Дать заряд бодрости на вторую половину дня. |
| Дыхательная гимнастика | «Трубач». | Развитие дыхательной мускулатуры |
| Упражнение с сыпучими материалами | «Найди в контейнере с крупами листья и плодыот деревьев». | Развитие мелкой моторики |
| Самомассаж | «Утка и кот»Массаж биологически активных зон для профилактики простудныхзаболеваний | Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. |
|  | Пальчиковая гимнастика | «Хозяйка однажды сбазара пришла…» | Развитие мелкой моторики |
| Октябрь | Упражнение | «Садовник». | Расширение глагольного словаря, развитие общих речевых навыков, координация речи сдвижениями |
| Гимнастика для глаз | «Любопытная Варвара» | проводится в целях предупреждения утомления глаз, для укрепления глазных мышц и снятиянапряжения. |
| Физкультминутка | Мою руки | повысить или удержать умственнуюработоспособность детей на занятиях (по счету, развитию речи и т. п.), обеспечить кратковременный активный отдых длядошкольников |
| Су-джок терапия | «Моя семья» Рисование с использованием различных средстввыразительности | Развитие мелкой моторики. Снижение импульсивности, тревоги, агрессии. |
| Элементы гимнастики технологии БОС | Комплекс №1 | Учить правильно держать корпус тела, делать вдох, через нос идлинный выдох через рот. |
| Дыхательная гимнастика | Вырасти большой. | Развитие дыхательной мускулатуры |
| Самомассаж | «Дождик»Массаж спины под песню Е. Поплянской | Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. |
| Подвижная игра | «Журавли учатсялетать» | Координация речи с движением |
| Ноябрь | Пальчиковая гимнастика | «Посуда» | Развитие мелкой моторики |
| Гимнастика для глаз | «Глазкам нужно отдохнуть» | проводится в целях предупреждения утомления глаз, для укрепления глазных мышц и снятиянапряжения. |
| Дыхательная гимнастика | По Стрельниковой | Развитие дыхательной мускулатуры,предупреждение простудных заболеваний |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Физкультминутки | **Будем прыгать и скакать!** | Предупреждение статического напряжения |
| Упражнение на речевое дыхание и силу голоса | Каплями забулькав, Плакала сосулька:— Я хотела сесть повыше,Я хотела влезть на крышу,Я ступила на карнизИ боюсь свалиться вниз! Кап! Кап! Кап! | Развитие речевого дыхания и голоса |
| Элементы гимнастики технологии БОС | Комплекс №1 | Учить правильно держать корпус тела, делать вдох, через нос и длинный выдох через рот. |
| Самомассаж | Чтобы не зевать от скуки»Оздоровительный массаж всего тела:быстрые, частые хлопки на соответств. слова | Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма |
| Су-джок терапия | «Общительные сказки»«Варежка» | Общительные сказки помогут детям углубить интерес к социальному миру, расширить представления о микро- и макросоциальном окружении, познакомят с оптимальными формами поведения, помогут развить коммуникативные способности. |
| Декабрь | Пальчиковая гимнастика | «Новый год» | Развитие мелкой моторики рук |
| Дыхательная гимнастика | «Подуем на плечо». | Развитие дыхательной мускулатуры,предупреждения простудных заболеваний. |
| Гимнастика для глаз | «Тренировка» | Предупреждение утомления и развития глазныхмышц |
| Элементы гимнастики технологии БОС | Комплекс №2 | Учить правильно держать корпус тела, делать вдох, через нос и длинный выдох, через рот. |
| Самомассаж | «Белый мельник» Массаж лица для профилактики простудных заболеваний. | Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма |
| Упражнение с сыпучими материалами | «Найди в контейнере скрупами листья и плоды от деревьев». | Развитие мелкой моторики |
| Сказкотерапия | «Родные сказки».«Когда зажигаются ёлки» | Развить у детей национальную гордость, чувство уважения к родителям, истории икультуре нашей Родины. |
| Физкультминутки | **А часы идут, идут.** | Предупреждение статического напряжения |
| Январь | Пальчиковая гимнастика | «Зима» | Развитие мелкой моторики |
| Дыхательная гимнастика | «Планета «Сат – Нам» - отзовись!» (йоговское дыхание). | Укрепление дыхательной мускулатуры, предупреждения простудных заболеваний. |
| Гимнастика для глаз | «Снежинки» | Предупреждение утомления и развития глазныхМышц. |
| Гимнастика пробуждения | Комплекс № 5 | Способствовать пробуждению после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания.Укрепить дыхательный тракт. Воспитыватьбережное отношение к своему телу. Дать заряд бодрости на вторую половину дня |
| Самомассаж | «Наши ножки» Массаж рефлекторныхзон ног | Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма |
| Элементы гимнастики технологии БОС | Комплекс №2 | Учить правильно держать корпус тела, делать вдох, через нос и длинный выдох, через рот. |
| Су-джок терапия | «Волшебные сказки».«Волшебное кольцо» | Волшебные сказки помогают активизировать ресурсы и потенциал личности, даютвозможность проявить потенциальные черты личности, нечто нереализованное, как бы |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | материализуют мечту, в которой дети чувствуют себя защищёнными.Мелкую моторику рук. |
| Физкультминутки | Будем прыгать искакать! | Предупреждение статического напряжения. |
| Февраль | Пальчиковая гимнастика | «Наша Армия» | Развитие мелкой моторики. |
| Дыхательная гимнастика | «На турнике». | Укрепление дыхательной мускулатуры,предупреждения простудных заболеваний. |
| Гимнастика для глаз | «Самолет» | Предупреждение утомления и развития глазных мышц |
| Гимнастика пробуждения | Комплекс № 6 | Способствовать пробуждению после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания.Укрепить дыхательный тракт. Воспитыватьбережное отношение к своему телу. Дать заряд бодрости на вторую половину дня |
| Самомассаж на коврика- ежиках | «Медведюшка »Гимнастика для ног (песня М. Красева«Медведюшка») | Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма |
| Атртерапия | Оригами «Кораблик» | Снижение импульсивности, тревоги, агрессии, развитие творческих навыков |
| Сказкотерапия | «Красивые сказки».«Стойкий оловянный солдатик» | В поступках героев отражается духовный мир и красота душевная. Эти сказки помогут детям понять многогранность окружающего мира,развить эстетическое восприятие, пробудить творческие способности |
| Физкультминутки | Девочки и мальчики. | Предупреждение статического напряжения |
| Март | Пальчиковая гимнастика | «Однажды хозяйка сбазара пришла» | Развитие мелкой моторики |
| Дыхательная гимнастика | «Гуси летят»Стрельникова. | Укрепление дыхательной мускулатуры,предупреждения простудных заболеваний. |
| Гимнастика для глаз | «Наши глазки»Гимнастика для глаз (по методике йогов). | Предупреждение утомления и развития глазных мышц |
| Элементы гимнастики технологии БОС | Комплекс №3 | Учить правильно держать корпус тела, делать вдох, через нос и длинный выдох, через рот. |
| Самомассаж | «Подарок маме»Массаж пальцев | Самомассаж является основой закаливания иоздоровления детского организма |
| Сказкотерапия | «Семейные сказки».«Гуси-лебеди» | Эти сказки побуждают детей к проявлению сочувствия и сопереживая по собственному убеждению, развивать осознание причиндетских ссор, поощрять проявления сочувствия и сопереживания к окружающим людям. |
| Физкультминутки | **Будем прыгать, как лягушка** | Предупреждение статического напряжения |
| Апрель | Пальчиковая гимнастика | Игрушки | Развитие мелкой моторики, точность и ловкостьдвижений. |
| Дыхательная гимнастика | «Дом маленький, домбольшой». | Укрепление дыхательной мускулатуры,предупреждения простудных заболеваний. |
| Гимнастика для глаз | «Липы»Гимнастика для глаз (все движения рук прослеживать взглядом,не поворачивая головы) | Предупреждение утомления и развития глазных мышц |
| Упражнение | «Подскажи словечко». | Развитие слухового внимания, мышления,памяти, чувства ритма |
| Самомассаж | «По таинственной дороге»Гимнастика для стоп | Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма |

