



**ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИЕ**

# **ТЕХНОЛОГИИ**

**В НЕПОСРЕДСТВЕННОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НОД)  
С ДЕТЬМИ 5-ГО ГОДА  
ЖИЗНИ.**

# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА** – ЭТО КОМПЛЕКС СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ У ДЕТЕЙ ОРГАНОВ РЕЧЕВОГО АППАРАТА: ЯЗЫКА, ГУБ, ЗУБОВ, ЧЕЛЮСТЕЙ, ЩЕК, ПОДЪЯЗЫЧНОЙ СВЯЗКИ. РАННЕЕ И ДОСТАТОЧНО ЧАСТОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ С ДОШКОЛЬНИКАМИ ЯВЛЯЕТСЯ ПРОФИЛАКТИКОЙ ЗАКРЕПЛЕНИЯ У ДЕТЕЙ НЕПРАВИЛЬНОГО ЗВУКОПРОИЗНОШЕНИЯ.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ДОШКОЛЬНОГО ДЕТСТВА.

ПОДГОТОВКА К ПРОВЕДЕНИЮ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ С ДЕТЬМИ ПРЕДПОЛАГАЕТ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕДАГОГОМ СЛЕДУЮЩИХ ПРИЕМОВ:

**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ  
ГИМНАСТИКА  
ПРОВОДИТСЯ 5-7  
МИНУТ**

**АРТИКУЛЯЦИОННУЮ  
ГИМНАСТИКУ  
ПРОВОДИТЬ В ВИДЕ  
СКАЗКИ, ИГРЫ**

**ПРИ ПРОВЕДЕНИИ  
АРТИКУЛЯЦИОННОЙ  
ГИМНАСТИКИ  
ИСПОЛЬЗУЮТ  
НАГЛЯДНОСТЬ: ИГРУШКИ,  
КАРТИНКИ**

**РЕБЕНОК ДОЛЖЕН ВИДЕТЬ,  
ЧТО ДЕЛАЕТ ЕГО ЯЗЫК,  
ГУБКИ, ЩЕЧКИ, ПОЭТОМУ  
ИСПОЛЬЗУЮТ ЗЕРКАЛО**

**КАЖДОЕ  
АРТИКУЛЯЦИОННОЕ  
УПРАЖНЕНИЕ  
ПОВТОРЯЕТСЯ В  
КОМПЛЕКСЕ 4-5 РАЗ**

**КРОМЕ НАГЛЯДНОСТИ , В  
АРТИКУЛЯЦИОННОЙ  
ГИМНАСТИКЕ  
ИСПОЛЬЗУЮТСЯ КОРОТКИЕ  
СТИШКИ, ЧТО ТОЖЕ  
АКТИВИЗИРУЕТ ДЕТЕЙ.**



# ОСНОВНЫЕ АРТИКУЛЯЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИЛЛЮСТРАЦИИ К НИМ.



# **ВМЕСТЕ С ДЕВОЧКОЙ ТАНЕЙ УПРАЖНЕНИЯ ВЫПОЛНЯЕМ.**

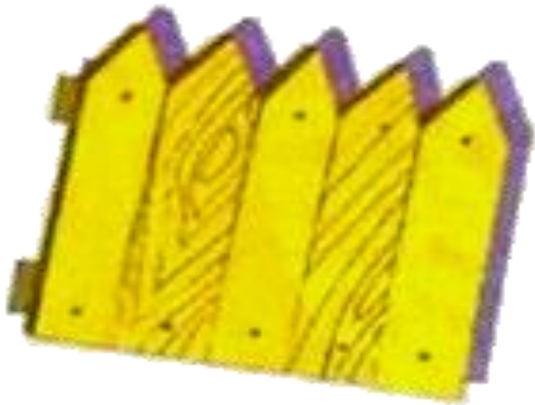
**ЭТО КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ИГРОВЫХ АРТИКУЛЯЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ, КОТОРЫЙ ПОМОГАЕТ РАЗВИВАТЬ ДВИЖЕНИЯ ЯЗЫКА, ГУБ, ЗУБОВ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

**ДОСТАТОЧНОЕ РАЗВИТИЕ ОРГАНОВ АРТИКУЛЯЦИИ У РЕБЕНКА СНИЖАЕТ РИСК НЕПРАВИЛЬНОГО ПРОИЗНОШЕНИЯ ЗВУКОВ РЕЧИ РУССКОГО ЯЗЫКА. А ЕСЛИ ДЕФЕКТЫ ЗВУКОПРОИЗНОШЕНИЯ УЖЕ СУЩЕСТВУЮТ - БЫСТРЕЕ И ЭФФЕКТИВНЕЕ ИСПРАВИТЬ ИХ.**

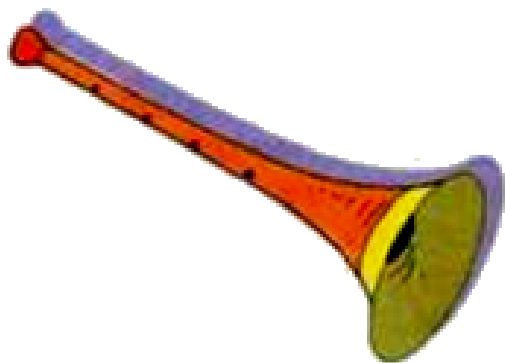
**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАРТИНОК АКТИВИЗИРУЕТ ДЕТЕЙ К ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ, ПОМОГАЕТ ОСВОИТЬ ПОЛОЖЕНИЯ И ДВИЖЕНИЕ АРТИКУЛЯЦИОННОГО АППАРАТА. ОНИ СТРЕМЯТСЯ ВЫПОЛНИТЬ УПРАЖНЕНИЕ «КАК ТАНЯ».**

**КАЖДОЕ УПРАЖНЕНИЕ НАДО НАЗЫВАТЬ, ЧТО ПОМОГАЕТ ДЕТЯМ ЗАПОМНИТЬ ЕГО.**

**ВСЕ УПРАЖНЕНИЯ ВЫПОЛНЯЮТСЯ ПЕРЕД ЗЕРКАЛОМ ДЛЯ ВОЗМОЖНОСТИ РЕБЕНКОМ КОНТРОЛИРОВАТЬ СОБСТВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ АРТИКУЛЯЦИОННОГО АППАРАТА.**



**ЗАБОРЧИК.**  
УЛЫБНУТЬСЯ,  
ПОКАЗАТЬ  
СОМКНУТЫЕ ЗУБЫ.



**ДУДОЧКА.**  
С НАПРЯЖЕНИЕМ  
ВЫТЯНУТЬ ГУБЫ  
ВПЕРЕД. ЗУБЫ  
СОМКНУТЫ.



**ОКОШКО.**  
ШИРОКО ОТКРЫТЬ  
РОТ – «ЖАРКО».  
ЗАКРЫТЬ РОТ –  
«ХОЛОДНО»





**ШАРИК.**  
НАДУТЬ ЩЕКИ. СДУТЬ  
ЩЕКИ.



**ЧИСТИМ ЗУБКИ.**  
УЛЫБНУТЬСЯ.  
ОТКРЫТЬ РОТ.  
КОНЧИКОМ ЯЗЫКА С  
ВНУТРЕННЕЙ СТОРОНЫ  
«ПОЧИСТИТЬ» НИЖНИЕ  
И ВЕРХНИЕ ЗУБКИ.



**ЧАСИКИ.**  
УЛЫБНУТЬСЯ, ОТКРЫТЬ  
РОТ. ОСТРЫМ  
КОНЧИКОМ ЯЗЫКА  
ВОДИТЬ ОТ ОДНОГО  
УГЛА РТА К ДРУГОМУ:  
ТИК-ТАК.







# МЫ С ИГРУШКАМИ ИГРАЕМ - УПРАЖНЕНИЯ ВЫПОЛНЯЕМ.

**АРТИКУЛЯЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ МОЖНО  
ВЫПОЛНЯТЬ И С ИГРУШКАМИ. НУЖНО ТОЛЬКО  
ТЩАТЕЛЬНО ПОДОБРАТЬ ИХ: ЛЯГУШКА, СЛОН,  
СОБАЧКА С ВЫСУНЫТЫМ ЯЗЫЧКОМ, ЧАСИКИ,  
ДЛИННАЯ ЗМЕЙКА И Т.П. В ТАКОМ АРТИКУЛЯЦИОННОМ КОМПЛЕКСЕ  
УМЕСТНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ КОРОТКИЕ СТИШКИ.**





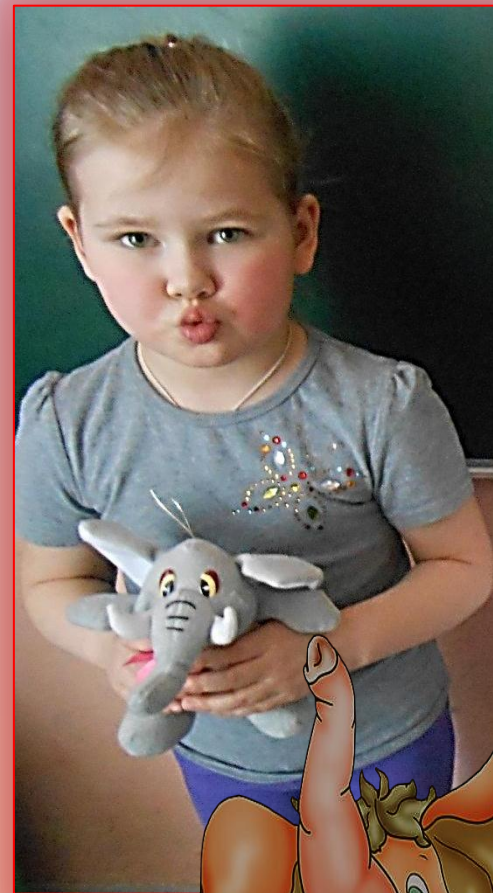
**ВОТ КАКИЕ МЫ С ЛЯГУШКОЙ:  
ТЯНЕМ ГУБКИ ПРЯМО К УШКАМ.**



**МОЙ ЛЮБИМЫЙ ЕНОТ  
ОТКРЫВАТЬ УМЕЕТ РОТ**



**ПОДРАЖАЮ Я СЛОНУ –  
ГУБКИ Я ВПЕРЕД ТЯНУ.**



# **ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА**

**ПРОВЕДЕНИЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ  
ПРЕСЛЕДУЕТ НЕСКОЛЬКО ЗАДАЧ:**

- ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ НАРАСТАЮЩЕГО УТОМЛЕНИЯ ГЛАЗ;
- УКРЕПЛЕНИЕ ГЛАЗНЫХ МЫШЦ;
- СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ;
- ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ЗРЕНИЯ.

## **ВИДЫ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ:**

- БЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КАКИХ-ЛИБО АТТРИБУТОВ ( КАРТОЧЕК, ПЛАКАТОВ И ПР.);
- С ПРИМЕНЕНИЕМ ПРЕДМЕТОВ (ИГРУШЕК, КАРТИНОК, БУКВ, ЦИФР, ГЕОМЕТРИЧЕСКИХ ФИГУР И ПР.);
- С ИНДИВИДУАЛЬНЫМИ ПРЕДМЕТАМИ ( ФИГУРКИ, КОТОРЫЕ МОЖНО НАДЕТЬ НА ПАЛЬЧИК, ТРЕНАЖЕРЫ).

**ЗРИТЕЛЬНУЮ ГИМНАСТИКУ ПРОВОДЯТ НА ПРОДУКТИВНЫХ ЗАНЯТИЯХ ( РИСОВАНИЕ, ЛЕПКА. АППЛИКАЦИЯ, КОНСТРУИРОВАНИЕ) ПОСЛЕ 10 МИН. ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕБЕНКА.**

**ПРЕДЛАГАЮ НЕСКОЛЬКО РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ И ПРОВЕДЕНИЮ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ.**

**ЗРИТЕЛЬНАЯ  
ГИМНАСТИКА НЕ  
ПРЕДУСМАТРИВАЕТ  
СПЕЦИАЛЬНЫХ  
УСЛОВИЙ.**

**ЗРИТЕЛЬНАЯ  
ГИМНАСТИКА  
ПРОВОДИТСЯ С  
МАЛЬШАМИ  
СТОЯ.**

**ДЕТИ ЛЮБЯТ  
ЗАНИМАТЬСЯ  
ЗРИТЕЛЬНОЙ  
ГИМНАСТИКОЙ В  
ИГРОВОЙ  
ФОРМЕ.**

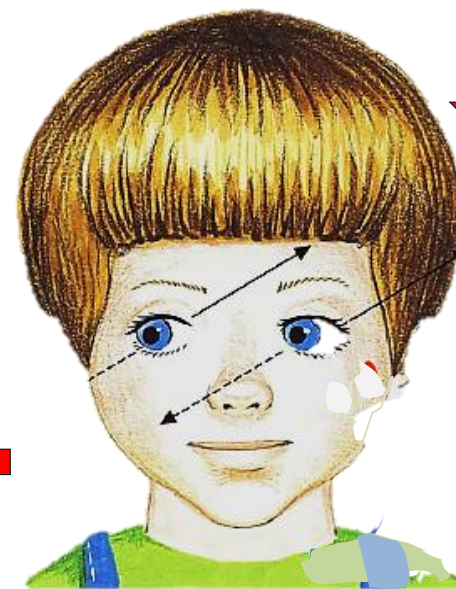
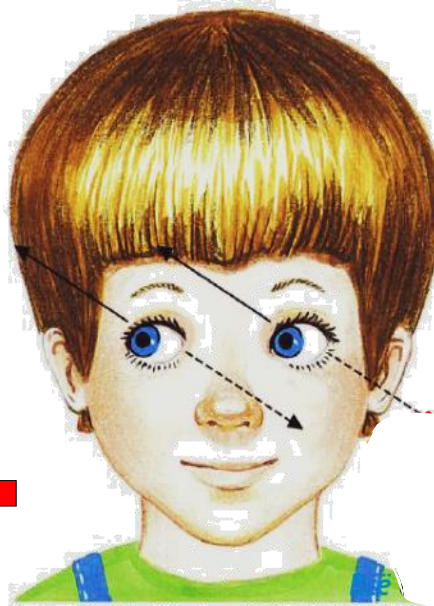
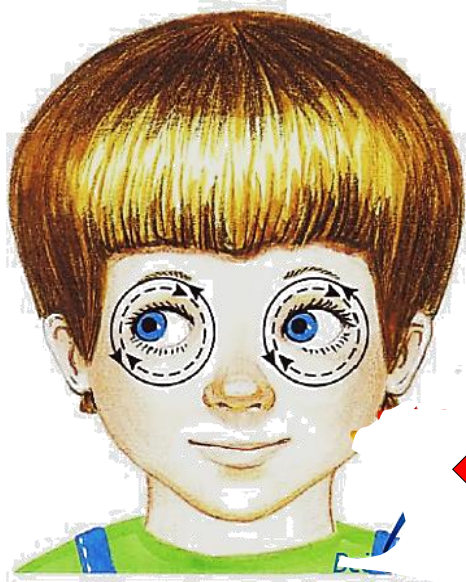
**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
ИГРУШЕК,  
ТРЕНАЖЕРОВ  
ПОВЫШАЕТ У  
ДЕТЕЙ ИНТЕРЕС И  
КАЧЕСТВО  
ВЫПОЛНЕНИЯ  
УПРАЖНЕНИЙ**

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
СТИШКОВ И  
ПОТЕШЕК  
ПОДСКАЗЫВАЕТ  
ДЕТЯМ ПРАВИЛЬНОЕ  
ВЫПОЛНЕНИЕ  
УПРАЖНЕНИЙ**

**ЗРИТЕЛЬНАЯ  
ГИМНАСТИКА  
ПРОВОДИТСЯ В  
ТЕЧЕНИИ 1,5-2,5 МИН  
ПОСЛЕ ПРОДУКТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ  
НА ЗАНЯТИИ**



**ОСНОВНЫЕ  
УПРАЖНЕНИЯ  
ЗРИТЕЛЬНОЙ  
ГИМНАСТИКИ С  
НАПРАВЛЕНИЕМ  
ДВИЖЕНИЙ ГЛАЗ.**

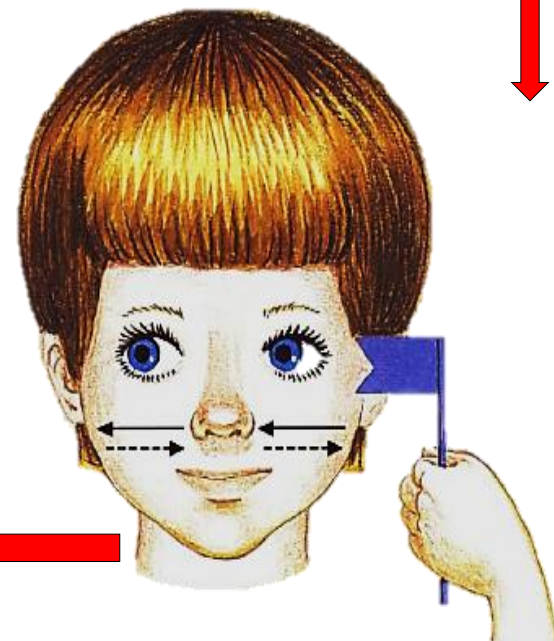
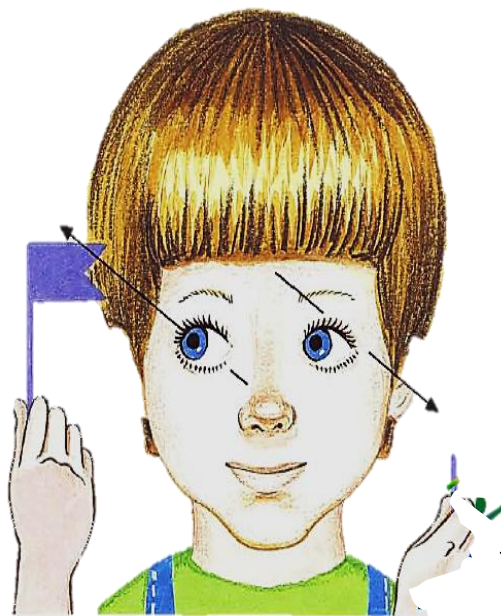
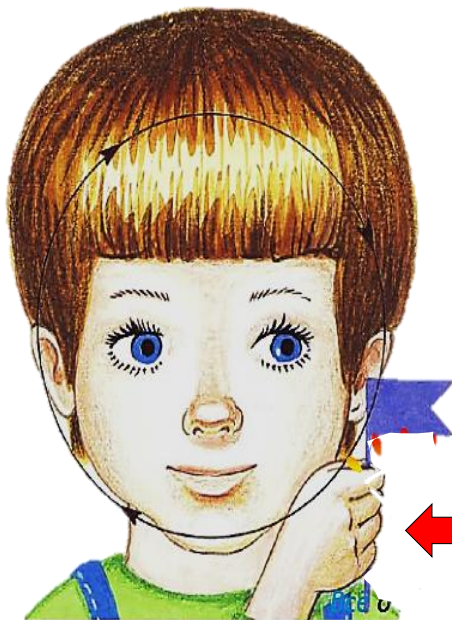
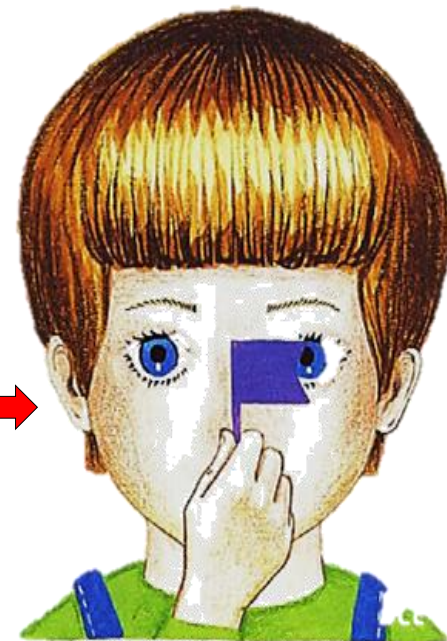
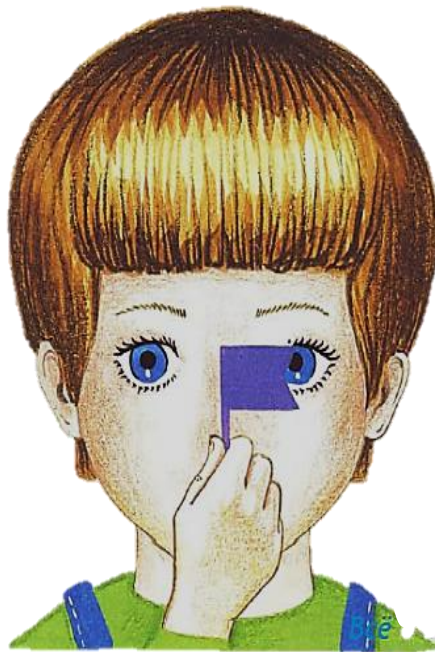




## ОТДЫХАЮТ ГЛАЗКИ

**РАЗ – НАЛЕВО,  
ДВА – НАПРАВО,  
ТРИ – НАВЕРХ,  
ЧЕТЫРЕ – ВНИЗ.  
А ТЕПЕРЬ ПО КРУГУ  
СМОТРИМ,  
ЧТОБЫ ЛУЧШЕ ВИДЕТЬ МИР.  
ВЗГЛЯД НАПРАВИМ  
БЛИЖЕ, ДАЛЬШЕ,  
ТРЕНИРУЯ МЫШЦЫ ГЛАЗ.  
ЧТОБЫ ГЛАЗКИ ОТДОХНУЛИ,  
МЫ ЗАКРОЕМ ИХ СЕЙЧАС.  
ОТКРЫВАЕМ И ЗЕВАЕМ,  
РУЧКИ ВВЕРХ МЫ  
ПОДНИМАЕМ.**

**ПРИМЕРНЫЙ  
КОМПЛЕКС  
ЗРИТЕЛЬНОЙ  
ГИМНАСТИКИ С  
ИНДИВИДУАЛЬНЫМИ  
ПРЕДМЕТАМИ.**





## ГЛАЗАСТИК И ВЕСНА.

ГЛАЗАСТИК НАПРАВО ВЗГЛЯНУЛ –  
Я НА НИМ.

ГЛАЗАСТИК НАЛЕВО ВЗГЛЯНУЛ –  
Я ЗА НИМ.

ГЛАЗАСТИК ГЛАЗКИ СВОИ ПОДНЯЛ,  
СОЛНЫШКО В НЕБЕ МНЕ ПОКАЗАЛ.

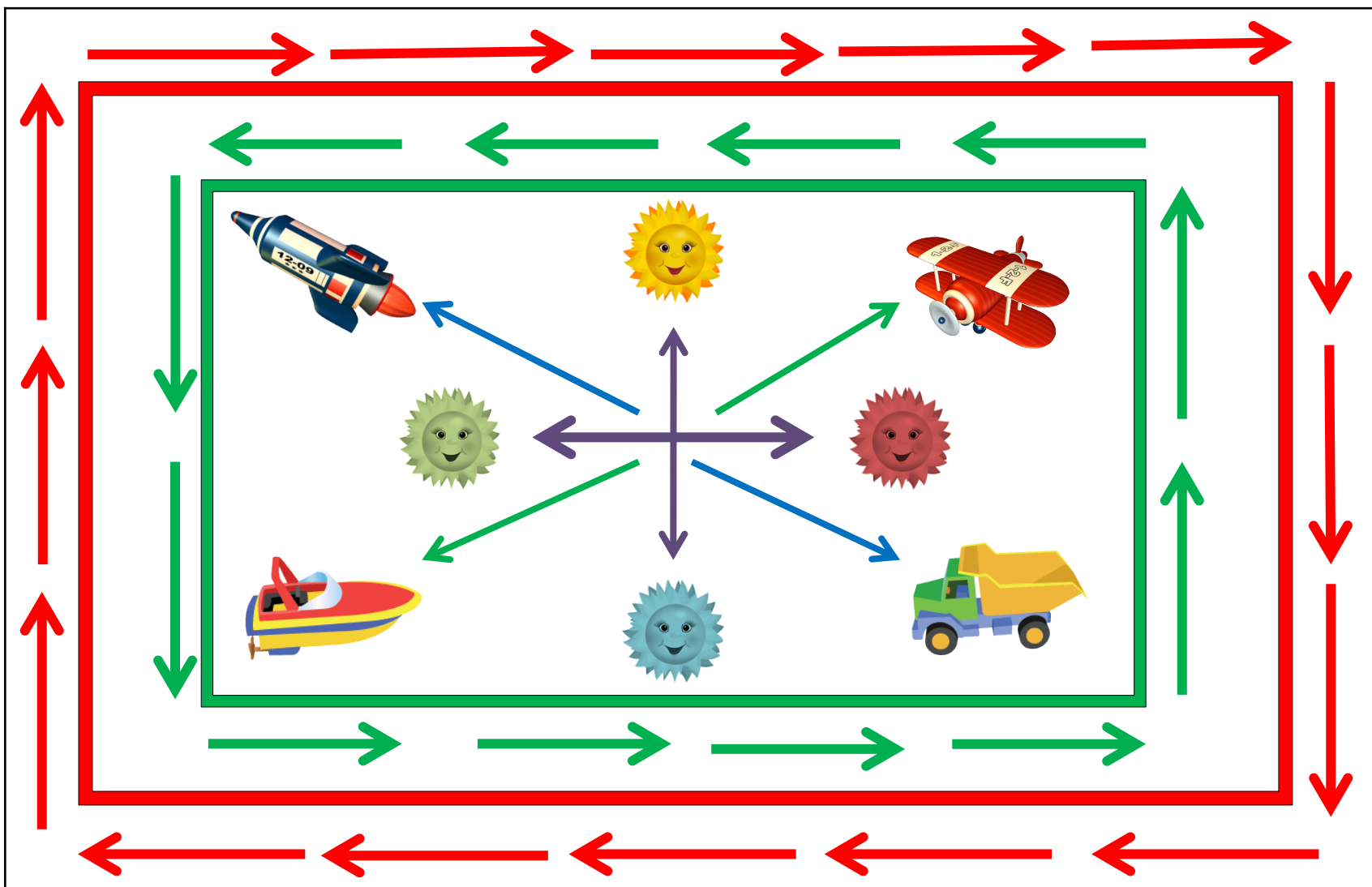
ГЛАЗКИ ОПУСТИМ –  
ТРАВА НА ЗЕМЛЕ.

ОЧЕНЬ ВСЕ ЭТО НРАВИТСЯ МНЕ  
СПРАВА ВВЕРХУ – ПТИЧКИ ПОЮТ,  
СЛЕВА ВНИЗУ – ЦВЕТОЧКИ ЦВЕТУТ.

ГЛАЗКАМИ СДЕЛАЕМ РОВНЫЙ МЫ КРУГ:  
ПРИМЕТЫ ВЕСНЫ УВИДИМ ВОКРУГ.



# ТРЕНАЖЕР ДЛЯ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ.



# ТЕМАТИЧЕСКИЕ КОМПЛЕКСЫ ЗРИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

## ЁЛКА.

ВОТ СТОИТ БОЛЬШАЯ ЁЛКА –  
ВОТ ТАКОЙ ВЫШИНЫ.  
У НЕЁ БОЛЬШИЕ ВЕТКИ –  
ВОТ ТАКОЙ ШИРИНЫ.  
ЕСТЬ НА ЭТОЙ ЁЛКЕ ШИШКИ,  
А ВНИЗУ – БЕРЛОГА МИШКИ.  
ЗИМУ СПИТ ТАМ КОСОЛАПЫЙ  
И СОСЕТ В БЕРЛОГЕ ЛАПУ.

*Выполняют движения глазами.*

*Посмотреть снизу вверх.*

*Посмотреть слева направо.*

*Посмотреть вверх.*

*Посмотреть вниз.*

*Зажмурить глаза,  
потом поморгать*

*10 раз,*

*(повторить 2 раза)*



## ТЕРЕМОК.

ТЕРЕМ, ТЕРЕМ, ТЕРЕМОК!  
ОН НИ НИЗОК, НИ ВЫСОК.  
НАВЕРХУ ПЕТУХ СИДИТ.  
– «КУКАРЕКУ!» – ОН КРИЧИТ.  
НА ПОЛЯНКЕ ЗАЙКА С МЫШКОЙ, ВОЛК,  
ЛИСА И ТОЛСТЫЙ МИШКА  
НА ПОЛЯНКЕ КРУГЛОЙ ПЛЯСУТ  
И ПЛАТОЧКАМИ НАМ МАШУТ!

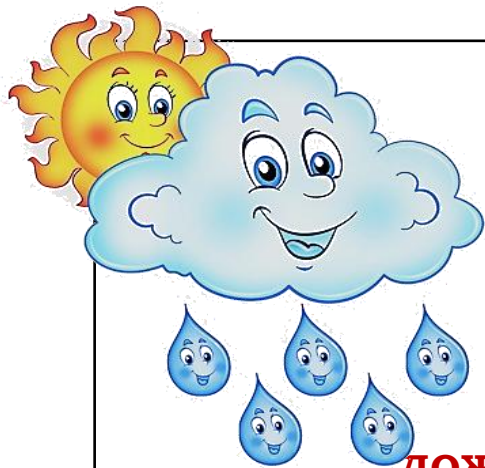
*Движение глазами вверх - вниз.*

*Движение глазами влево - вправо.*

*Круговые движения глазами.*

*Зажмурить и поморгать глазами.*





### **ДОЖДИК.**

**ДОЖДИК, ДОЖДИК,  
ПУЩЕ ЛЕЙ!  
КАПЕЛЬ, КАПЕЛЬ НЕ ЖАЛЕЙ.  
ТОЛЬКО НАС НЕ ЗАМОЧИ,  
ЗРЯ В ОКОШКО НЕ СТУЧИ.**

***Смотрят вверх.  
Смотрят вниз.  
Делают круговые движения  
глазами.***



### **ЛИСТОПАД.**

**ЛИСТОПАД, ЛИСТОПАД –  
ЛИСТЬЯ ЖЕЛТЫЕ ЛЕТЯТ,  
ЛИСТЬЯ ПОД НОГОЙ  
ШУРШАТ ...  
СКОРО ГОЛЫМ СТАНЕТ САД.**

***Смотрят вверх.  
Смотрят вниз.  
Делают круговые  
движения глазами.***



## **ЛИТЕРАТУРА:**

- 1. Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет/  
авт.-сост. Е.А.Чевычелова. – Волгоград:  
Учитель, 2013. – 123с.**
- 2. Волошина Л. Организация здоровье  
сберегающего пространства//Дошкольное  
воспитание.-2004.-N1.-С.114-117.**
- 3. Гимнастика для глаз. — // Дошкольная  
педагогика, декабрь, 2007. – с.26-27.**
- 4. Никулина Г.В. Охраняем и развиваем зрение.  
– М.: Детство-Пресс. 2002**
- 5. *Генинг Г.М., Герман НА.* Обучение  
дошкольников правильной речи. – Чебоксары,  
1980.**
- 6. *Фомичева М.Ф.* Воспитание у детей  
правильного произношения. – М., 1981.**

**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!**

