**Заяц-Коська и Родничок**

*(Автор текста А. Грибачев)*

***Программные задачи:***

*- Обучение детей умению наблюдать за ощущениями в теле, определять и сравнивать мышечные ощущения в теле (напряжение – расслабление, твердость – мягкость, тяжесть – легкость и др.).*

* *Расширение представлений об эмоциях и связанных с ними физических состояниях: эмоции страха, злости, создают в теле напряженность, а доброе, спокойное состояние рождает расслабленность.*
* *Отработка правильного диафрагмального дыхания.*
* *Формирование умения ритмично и мягко дышать, погружаясь в состояние расслабленности и покоя.*
* *Развитие произвольного внимания: умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями в теле.*
* *Снятие эмоционально-психического и телесного напряжения.*
* *Активизация и обогащение словарного запаса.*
* *Закрепление согласования существительных и прилагательных.*
* *Упражнение в употреблении предлогов ПОД, ЗА, ЧЕРЕЗ.*
* *Формирование произвольных мимических движений.*
* *Развитие мелкой моторики рук.*
* *Развитие умения самостоятельно менять движения в соответствии с изменением характера музыки.*
* *Развитие внимания.*

**Необходимые материалы**: шнур голубого цвета, синяя ткань и камни для композиции на полу, кукла-родничок, грецкие орехи и ленточки на резинке (для каждого ребенка), тюль белого цвета, поло­вина обруча, изображение горы на картоне, лесенка.

Оформление: на полу горкой выложены камни, обозначающие, родник. Из родника извилистой линией тянется шнур голубого цвета, который заканчивается возле полотна ткани синего цвета, обозначаю­щего реку (озеро, море).

**Вступление (логопед)**

*—* Сегодня мы отправляемся в сказку, где речь пойдет о воде. Давайте вспомним то, что мы знаем о воде.

Какая бывает вода? (Холодная, теплая, жидкая, текучая, прозрачная, шелковистая, бархатистая, освежающая, свежая, чистая, мутная, грязная.)

А бывает твердая вода? Когда такое случается? (Когда вода *замерзает,* превращается в снег, лед, град.)

Бывает ли вода легче воздуха? Когда? (Когда вода *испаряется,* то превращается в пар, туман, облака.)

Где вода встречается в природе? (В реке, озере...)

 В нашем зале есть ручей. Давайте найдем его начало. Как называется то место, где начинается ручей? (Родник, ключ, источник.)

Откуда в роднике вода? (Она вытекает из-под земли.) А теперь посмотрим, где ручей заканчивает свой путь. (Он вливается в реку, или в озеро).

Вот мы и подошли к началу сказки. Для путешествия по сказке необходима особая сила. Эту силу даст нам волшебный ручеек.

**Вхождение *в сказку (психолог)***

Психолог включает аудиозапись с журчанием ручья, и дети на но­сочках идут по «ручью» (голубому шнуру), вслушиваясь в журчание и «наполняясь волшебной силой».

Пройдя по «ручейку», каждый садится на пяточки в позу расслаб­ления.

* Наполнились волшебной силой? Готовы к сказке?

**Сказка (логопед)**

 *Живет в нашем-лесу Заяц-Коська — шкурка серая, уши длин­ные. Целыми днями бегает он по лесу, глазами во все стороны косит, все на свете разузнать хочет.*

**Упражнение 1. Гимнастика для глаз (логопед)**

Логопед.

Вверх морковку подними,

 На нее ты посмотри.

 Вниз морковку опусти.

Дети берут по морковке и передвигают соответственно тексту, прослеживая движения взглядом.

Только глазками смотри.

Вверх и вниз и вправо-влево.

Ай-да, Заинька умелый!

Глазками моргает,

Глазки закрывает.

Зайчики морковку взяли,

С ними весело скакали.

 *Бежал как-то Коська по лесу и встретил белку.*

*— Ты кто такая?*

*— Я белка.*

Какая белка? (рыжая, веселая, шустрая, озорная, пушистая, …

*— А я Заяц-Коська. Пойдем искать где-нибудь чего-нибудь, узнавать у кого-нибудь что-нибудь.*

*— Да некогда мне, — отвечает белка. — К зиме готовлюсь.*

**Упражнение 2. Пальчиковая игра «Орешки» (логопед)**

— Как белка готовится к зиме? (Запасает семечки, грибы, ягоды, орехи).

 Белка прислала для вас орешки.

Ведущий выдает каждому ребенку по одному грецкому ореху.

Хором.

Мы научимся орехи

Между пальцами катать.

• Дети катают грецкий орех между паль­цами сначала одной, а затем другой руки.

Это в школе нам поможет

Буквы ровные писать.

• Дети вращают орех между ладонями, постепенно увеличивая на­жим и темп выполнения.

* Что чувствуют ваши ладони и пальцы? Давайте немного охла­дим руки, подуем на них.

**Упражнение 3. Прохлада (логопед)**

Дети плавно и длительно дуют на руки через слегка вытянутые трубочкой губы, ощущая прохладу воздуха.

— А теперь искупаем ручки в прохладном ручейке, споем песенку|водички: с-с-с-с-с-с-с-с.

 *Бежит Коська дальше. Видит — дупло на дереве, а из него"! выглядывает кто-то.*

*— Ты кто? — спрашивает Коська.*

*— Я филин Сёмка. У-ху! У-ху! Днем сплю, ночью зайцев ловлю.*

# Упражнение 4. Страх (психолог)

Один из детей исполняет роль филина, остальные — роль зайцев. «Зайцы» прыгают, танцуют. Как только раздается уханье «филина», «зайцы» замирают на месте и изображают испуг. Приоткрывают рот, округляют глаза, поднимают брови, напрягают руки, плечи, шею, «съеживаются» от страха.

После окончания упражнения дети стоя расслабляются, отпускают страх и напряжение.

**Упражнение 5. Филин (логопед)**

Дети подставляют ладони рупором ко рту и в заданном ритме «уха­ют»:

 Сидит филин на суку

И кричит: «У-ху, у-ху...»

Внимание концентрируется на мышцах живота, которые втягива­ются внутрь в конце выдоха.

 *Бежал, бежал Заяц-Коська по лесу, вдруг увидел Родничок, а из него ручеек течет.*

*— Ты кто? — спрашивает Коська.*

*— Я — Родничок. Вот хочу попутешествовать, посмотреть да­лекие края.*

*— Вот здорово, — обрадовался Заяц. — Побежали напере­гонки.*

*— Побежали, — согласился Родничок. Бежит Коська, прыгает через кочки и пни. Родничок уже ру­чейком стал. Бежит ручеек, изгибается, да все впереди зайца.*

# Упражнение 6. Ручеек (психолог)

Дети берутся за руки и под музыку цепочкой бегут по залу, преодо­левая разные препятствия: пробегают под мостом *(обручем),* забегают на холм *(лесенку),* сбегают с холма, перебегают через дорогу *(полоса картона),* забегают за гору *(за занавеску),* выбегают из-за горы.

После упражнения дети садятся на пяточки, расслабляются, успо­каивают дыхание и отвечают на вопросы логопеда.

— Когда на вашем пути встретился мост, что вы сделали? (Мы про­бежали под мостом).

Аналогичные вопросы ведущий задает про другие препятствия.

 *Прибежали Родничок и Заяц-Коська к берегу реки, а там мно­жество ручейков сливаются воедино.*

*— Пропал теперь Родничок! Съест его большая река,— за­беспокоился Коська. — Эй, Родничок, где ты?*

* *А тут я, — ответил Родничок из реки. — Я теперь с другими родничками вместе. Так веселее. Догоняй скорее*!

 **Упражнение 7. Роднички и река (логопед и психолог, муз. руководитель)**

Все дети — «роднички». Они танцуют с ленточками. Как только музыка останавливается, дети берутся за руки и образуют круг *(«род­нички» сливаются в одну «реку»).*

Ведущий делает попытки разъединить, расцепить руки детей, но у него не получается: дети крепко держатся за руки. После этого веду­щий обращает внимание детей на то, что все вместе они очень силь­ные, река у них получилась могучая, полноводная.

Снова включается музыка, и «река» распадается на отдельные «роднички».

При соединении в реку ведущий спрашивает детей: «Какие у вас сейчас руки, напряженные или расслабленные, сильные или слабые, мягкие или твердые?»

— Теперь разъедините свои руки, пусть они свободно свисают. Сей­час они какие: напряженные или расслабленные, мягкие или твердые?

 **Упражнение 8.**  **«Рыбка» (логопед)**

Логопед.

По извилистой дорожке

 К речке синей мы дошли.

 Вдруг из воды высунулась рыбка.

Легкий бег на носках, покачивая перед собой соединенными ладошками.

И поплыла по воде быстро – быстро.

Рыбка плавает в воде,

Мы резвимся на траве.

Дети останавливаются. Когда логопед держит руки внизу, дети хлопают ладонями по коленям и произносят: «Буль – буль – буль …» («Рыбка в воде»).

Если логопед поднимает руки вверх, дети должны быстро хлопнуть в ладоши («рыбка вынырнула»).

 *Весь день и целую ночь бежал по лесу Заяц-Коська. Наконец наступило утро.*

*Смотрит Коська по сторонам, а Родничка нигде нет.*

*— Эй, Родничок, где ты?*

*— А тут я! Посмотри наверх, — отозвался Родничок. Поднял глаза Коська и видит — в небе облачко покачивается.*

*— Да как же ты туда попал? — удивился Коська.*

**Упражнение 9. Удивление (психолог).**

Ведущий исполняет роль «родничка». Дети, по очереди обраща­ясь к ведущему, спрашивают: «Да как же ты туда попал?»

— Ночью я туманом стал, а утром меня солнышко пригрело — я в облачко превратился.

**Упражнение 10. Облачко (логопед)**

— Как двигается облачко, быстро или медленно? Плавно или резко? Напряженно или расслабленно? Свободно, легко или тяжело, грубо?

Вот и вы сейчас будете двигаться как облачко: легко, плавно, сво­бодно и мягко.

Ведущий с ассистентом держат над головами детей полотно бело­го тюля и передвигают его то вправо, то влево, то вниз, то вверх. Дети плавно передвигаются вслед за движением ткани: приседают, если ткань опускается слишком низко, тянутся пальчиками вверх, если ткань высоко.

 *Наступила осень. В лесу дождь пошел. Спрятался Заяц. Слы­шит — шумит что-то.*

*— Эй, кто там? — закричал Коська.*

*— Это я, Родничок, обратно вернулся. Из ручейка в речку пре­вратился, из речки в туман, из тумана в облачко. Потом вверху похолодало, я дождем стал и на землю упал.*

**Упражнение 11. Массаж спины «Дождь»**

Дети встают друг за другом «паровозиком» и выполняют следующие движения.

Логопед.

 Дождь!Дождь! Надо нам Хлопки ладонями по спине.

 Расходиться по домам.

Гром! Гром, как из пушек. Поколачивание кулачками.

Нынче праздник лягушек.

Град! Град! Сыплет град! Постукивание пальчиками.

Все под крышами сидят! Поглаживание спины ладошками.

Только мой братишка в луже. Дети поворачиваются на 180° и делают

Ловит рыбу нам на ужин. массаж еще раз.

 *Скоро дожди кончат­ся, зима придет, и мы снова встретимся.*

*Так и случилось. Наступила зима. Зайчик к зиме цвет поме­нял, из серого белым стал, а Родничок из тучи теперь уже снегом вернулся и до весны в сугроб превратился.*

**Упражнение 12. Стихотворение «как на горке снег, снег». (логопед)**

Как на горке – снег, снег,

Поднять руки вверх, а на слова «снег, снег» - опустить свободно кисти.

И под горкой - снег, снег,

Опустить руки вниз.

 И на елке - снег, снег,

Соединить ладони «домиком».

И под елкой - снег, снег.

Опустить руки вниз.

**Упражнение 13. Сугробы и солнышко (психолог).**

Один ребенок — «солнышко», остальные превращаются в «сугро­бы» и замирают в статичной позе. «Солнышко» рассматривает «сугро­бы», сравнивает их со знакомыми объектами. Ведущий спрашивает детей, во что или в кого они превратились. Затем «солнышко» мягким и нежным прикосновением помогает «сугробам» растаять.

«Растаявшие сугробы» ложатся на пол, «растекаются» по полу, рас­слабляются и слушают ощущения в теле.

**Упражнение 14. Ритмическая игра «Капли»(логопед)**

Логопед.

 Стало солнце пригревать,

Поднять ладошки вверх.

Стали капельки стучать.

Капля – раз, капля – два,

Капли медленно сперва.

Указательным пальцем правой руки ударять по ладони левой половинными длительностями.

 Поскорее, поскорее,

Все быстрее и быстрее.

Хлопать правой ладошкой по левой в ритме четвертей.

А потом, потом, потом

Хлопать в ладоши восьмыми длительностями.

 Все бегом, бегом, бегом.

Побежали ручейки,

Их попробуй догони!

Быстро (шестнадцатыми) пробежать пальчиками по коленям.

На реке растаял лед –

 Прямо в лес вода идет.

***Итоговая беседа (логопед)***

— Сказка закончилась. Давайте припомним все превращения и из­менения Родничка и назовем их.

Дети по очереди рассказывают о превращениях Родничка. (Сна­чала Родничок превратился в ручей. Потом он стал рекой. Затем Родничок поднялся вверх и превратился в облачко. Из облачка Родничок выпал на землю дождем. Зимой Родничок стал снегом.)

* Вы устали? Вам трудно было? Что вам больше всего понра­вилось?