**Логопедический досуг для старших и подготовительных групп**

**"День здоровья"**

***Учитель-логопед***

***МБДОУ детского сада № 385***

***Чесная ЕО, 1 КК***

*Цель:* учить детей беречь основные органы, участвующие в речи.
*Задачи:*
• Активизировать знания детей о частях тела человека, участвующих в речевом процессе. Познакомить с факторами, вредящими и сохраняющими здоровье органов чувств, знакомить со здоровьесберегающими технологиями. Упражнять в произнесении пословиц о здоровье. Обогащать активный словарь названием эмоциональных состояний человека.
• Развивать зрительное внимание, долговременную память, ориентацию на листе бумаги. Совершенствовать умение работы с символами. Развивать словесно-логическое мышление в работе с пословицами.
• Воспитывать аккуратность, дружелюбие, внимание к своему здоровью и здоровью близких.
• Автоматизировать звуки в спонтанной речи.
*Оборудование:* кукла, доктор (ребенок) или доктор (кукла), альбом с символами по охране здоровья, индивидуальные зеркала.
*Подготовка:* заранее поработать над смыслом пословиц о здоровье.

***Ход занятия:***

1. На занятия приглашает Доктор (ребенок или кукла).
Беседа на ковре, проводит учитель-логопед:
- Мы перед кабинетом врача, значит сегодня мы поговорим о здоровье. Что такое «здоровье»? (когда не болеют, когда настроение хорошее и т.п.).
- Послушайте, как в народе говорят о здоровье (выбираем две-три пословицы из списка, приложение 1), что это значит?
- Чему мы учимся на логопедических занятиях? (красиво и правильно говорить).
- Какими частями тела мы пользуемся, когда говорим? (ответы сопровождаются показом на кукле: голова (мысли), уши, рот, горло, глаза, нос, живот (дыхание).
- Сегодня мы должны узнать, как сохранять здоровье этих органов, чтобы наша речь всегда была чистой и красивой. А поможет нам в этом Доктор!
**2.** Логопед приглашает детей в кабинет врача (сесть за столы). Психогимнастика.

Игровое упражнение «Я и мое настроение»

Цель: учить детей осознавать и принимать свои чувства и переживания. В этом упражнении также можно использовать метод незаконченных предложений:

Я радуюсь, когда…

Я горжусь тем, что…

Мне бывает грустно, когда…

Мне бывает страшно, когда…

Я злюсь, когда…

Я был удивлен, когда…

Когда меня обижают,…

Я сержусь, если…

Однажды я испугался…

- Посмотрите, сколько людей ожидает приёма, (указывает на картинку №1), что нарисовано в центре листа? (лицо, голова)



- Посмотрите на остальные лица. Возьмите зеркала, покажите и назовите, какое выражение лица у человечка в левом верхнем углу? И т.д. (испуганное, спокойное, равнодушное, доброе, радостное, весёлое, счастливое; упрямое, вредное, капризное; грустное, печальное; злое).
- С каким человечком доктору будет приятно общаться? Почему?
- Значит, чтобы с вами было приятно общаться, вы должны чаще улыбаться, быть добрыми и радостными, тем более, что улыбка укрепляет здоровье и продлевает жизнь!
**3.**
- В кабинет входит Доктор (ребенок), а мы встречаем его улыбками и приветствуем!
Доктору сегодня обещал помочь художник. Он нарисовал всех пациентов, а больной орган не дорисовал. Мы тоже поможем доктору расшифровать диагноз.
- Что болит у первого пациента, мы узнаем, посмотрев на следующую картинку. Чего не хватает на лице? (Глаз)



Доктор проводит с детьми зрительную гимнастику.

- Что надо делать, чтобы сохранить зрение? (*Доктор помогает детям отвечать*).



- Не читать, лёжа, читать при правильном освещении, держа книгу на расстоянии 30 см.(размер листа для рисования), рассматривать предметы на расстоянии вытянутой руки. Следить за осанкой.



За компьютером и у телевизора проводить не более 2 ч. в день.



Защищать глаза от солнца специальными солнцезащитными очками, а лучше козырьком кепки. В тени не забывать снять очки!



Вовремя отдыхать, больше быть на природе,тем более, что зелёный цвет – самый полезный для глаз.
**4.**
- Чего не хватает на этом лице? (носа).



- Что же необходимо делать, чтобы нос всегда дышал?



Не дыши загрязнённым воздухом: куревом, выхлопными газами. Не ковыряй в носу, ничего не засовывай в нос. Если заболел – надень повязку, не заражай других. Защищай нос на морозе. Не забывай, умываясь, чистить нос, всегда носи с собой носовой платок, правильно сморкайся: сначала зажимаем одну ноздрю, освобождая вторую, затем наоборот.
- Что полезно для дыхания?



Делать зарядку, проветривать помещение.



Дышать свежим морским, лесным, горным воздухом, чаще гулять.
**5.**
Динамическая пауза. Дыхательная гимнастика.

***«Дровосек»***

***Цель:*** развитие плавного, длительного выдоха.

Встаньте прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложите руки топориком и поднимите их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустите вниз, корпус наклоните, позволяя рукам "прорубить" пространство между ногами. Произнесите "бах". Повторите с ребенком шесть-восемь раз.

***Часики»***

***Цель:*** укреплять физиологическое дыхание у детей.

ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

***«Каша кипит»***

***Цель:*** формирование дыхательного аппарата.

ИП: сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот и

набирая воздух в легкие – вдох, опуская грудь (выдыхая воздух) и выпячивая живот – выдох. При выдохе громко произносить звук «ф-ф-ф-ф». Повторить 3-4 раза.

**6.**
- Что забыл дорисовать художник на этом лице? (уши).



Доктор Айболит предлагает детям сделать самомассаж ушных раковин.
- Что же вредно для ушей?



Слушать громкую музыку, долго сидеть в наушниках, нельзя кричать на ухо, ничего не засовывать в уши.
- Как же будем беречь уши?



Мыть, чистить только взрослым специальными палочками вход в слуховой канал, беречь от мороза!
**7.**
- Чего не хватает у человечка в левом верхнем углу? А в правом нижнем? (рта, шеи - горла).



- Какие же органы находится во рту? (учитель-логопед предлагает артикуляционные упражнения с участием каждого органа, затем голосовую разминку с контролем звучания рукой на горле).
- Что для зубов вредно, а что полезно?



Вредно грызть конфеты, орехи, перекусывать нитки, леску. Полезно грызть морковку, яблоки.



Для зубов, всего рта и горла вредно пить и есть очень холодное или очень горячее. Вредно кричать, дышать открытым ртом, горло надо закрывать от мороза, дышать только носом. Чистить зубы утром и вечером, делать артикуляционную гимнастику.

**8. Вывод.**
- Вот теперь наш человечек на картинке дорисован полностью! Посоветуйте ему, как сохранять своё здоровье?
- Больше гулять на свежем воздухе, соблюдать распорядок дня, следить за чистотой, быть в хорошем настроении, не забывать, что все органы нам очень нужны и надо бережно к ним относится!
Доктор на прощание дарит каждому сувенир и просит рассказать родителям, как надо заботиться о здоровье.
Учитель-логопед выбирает для каждого пословицы о здоровье (в соответствии с коррекционной задачей), которые надо выучить.

**Приложение 1**

**З**ДОРОВЬЕ ДОРОЖЕ ДЕНЕГ!

ЗДОРОВ БУДЕШЬ, ВСЁ ДОБУДЕШЬ!

НЕ РАД БОЛЬНОЙ И ЗОЛОТОЙ КРОВАТИ.

ЗДОРОВЬЕМ СЛАБ, ТАК И ДУХОМ НЕ ГЕРОЙ.

ЗДОРОВЬЕ НЕ КУПИШЬ - ЕГО РАЗУМ ДАРИТ.

ЗДОРОВ - СКАЧЕТ, ЗАХВОРАЛ – ПЛАЧЕТ.

АППЕТИТ ОТ БОЛЬНОГО БЕЖИТ, А К ЗДОРОВОМУ КАТИТСЯ.

ЧИСТАЯ ВОДА ДЛЯ ХВОРИ БЕДА.

УМ ДА ЗДОРОВЬЕ ВСЕГО ДОРОЖЕ!

БОЛЕЗНЬ ЧЕЛОВЕКА НЕ КРАСИТ.

УМЕРЕННОСТЬ - МАТЬ ЗДОРОВЬЯ.

БОЛЕН - ЛЕЧИСЬ, А ЗДОРОВ – БЕРЕГИСЬ!

БЫЛО БЫ ЗДОРОВЬЕ - ОСТАЛЬНОЕ БУДЕТ.

БЫСТРОГО И ЛОВКОГО БОЛЕЗНЬ НЕ ДОГОНИТ.

С КУРАМИ ЛОЖИСЬ, С ПЕТУХАМИ ВСТАВАЙ!

ХОРОШИЙ ПОВАР СТОИТ ДОКТОРА.

ЗДОРОВАЯ ДУША В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ.

ЗДОРОВЬЕ ЕСТЬ БОГАТСТВО.

ТОТ ЗДОРОВЬЯ НЕ ЦЕНИТ, КТО БОЛЕН НЕ БЫВАЛ.

ДЕНЬГИ ПОТЕРЯЛ - НИЧЕГО НЕ ПОТЕРЯЛ, ВРЕМЯ ПОТЕРЯЛ - МНОГО ПОТЕРЯЛ,

ЗДОРОВЬЕ ПОТЕРЯЛ - ВСЕ ПОТЕРЯЛ.