

# даунсайд ап

Центр ранней помощи для детей с синдромом Дауна

## Музыкальные занятия и логоритмика для детей с синдромом Дауна



с  
е  
р  
и  
я

Ребенок с синдромом Дауна и особенности его развития

ДАУНСАЙД АП  
ЦЕНТР РАННЕЙ ПОМОЩИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА

# Музыкальные занятия и логоритмика для детей с синдромом Дауна

Книга для родителей

Составитель Л. В. Лобода

Серия  
«Ребенок с синдромом Дауна  
и особенности его развития»



Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»  
Москва 2010

УДК 372  
ББК 74.3  
М897

**М897 Музыкальные занятия и логоритмика для детей с синдромом Дауна. Книга для родителей / сост. Л. В. Лобода; ред. Е. В. Поле. – 2-е изд. – М.: Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2010. – 80 с.**

ISBN 978-5-904828-0402

Данное пособие содержит краткое изложение сути логоритмических занятий с детьми с синдромом Дауна, а также предлагает вниманию читателей описания игр, которые можно проводить в домашних условиях. Эти сведения призваны расширить опыт родителей, дать им еще одну возможность помочь своему малышу успешно расти и развиваться. Практический материал прилагается на диске. Пособие адресовано родителям детей с синдромом Дауна дошкольного возраста и может представлять интерес для педагогов и логопедов, работающих с такими детьми.

Первое издание вышло в 2008 году под названием «Логоритмика для детей с синдромом Дауна. Книга для родителей».

УДК 372  
ББК 74.3

ISBN 978-5-904828-0402

© Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2010

## Что такое логопедическая ритмика

Логопедическая ритмика – это своеобразная форма коррекционного обучения, направленная на преодоление речевых затруднений ребенка и включающая в себя средства логопедического, музыкально-ритмического и физического воспитания. В логоритмических занятиях теснейшим образом переплетаются речь, музыка и движение.

Появление логоритмики в комплексной коррекции речевых нарушений датируется началом XX века, когда в Европе появилась система так называемого «ритмического воспитания», основоположником которой стал известный швейцарский педагог и музыкант Эмиль Жак-Далькроз, который разработал «метод ритмической гимнастики». Его интересовало выражение музыки при помощи движения, то есть человеческое тело становилось своеобразным инструментом, передающим ритм, темп, динамику и художественный замысел музыкального произведения. У нас в России идеи Жака-Далькроза подхватили и развили В. А. Гринер и Н. Г. Александрова, В. А. Гиляровский, Ю. А. Флоренская, Н. А. Власова и другие талантливые педагоги и психотерапевты. Позже из большого раздела музыкальной ритмики выделилась лечебная ритмика, а затем и одно из ее ответвлений – логопедическая ритмика, разработанная специально для коррекции речевых нарушений. По сей день логопедическая ритмика постоянно развивается и обогащается, благодаря приобретению специалистами новых знаний об особенностях функционирования сенсорных и двигательных систем человека, а также их связи с развитием других психических процессов, в частности, речи.

Логоритмические занятия направлены на развитие восприятия, слухового внимания и слуховой памяти, они развивают

оптико-пространственные представления и навыки координации крупных и мелких движений, воспитывают чувство ритма и темпа, помогают научиться говорить и петь.

Все виды игровых упражнений из арсенала логоритмики делятся на две группы. Одна из этих групп направлена на развитие неречевых процессов, то есть крупной и мелкой моторики, координации движений, ориентировки в пространстве, повышение мышечного тонуса, а также других психических процессов, таких, как внимание и память. Другая группа представляет собой непосредственно речевые упражнения, развивающие правильное дыхание, способность управлять голосом, артикуляцию и мимику, восприятие речи и других звуков на слух, пассивную и активную речь, а также правильное звукопроизношение, темп и интонации речи.

Занятия логоритмикой могут включать в себя следующие виды игровых упражнений.

1. Ходьба в различных направлениях. Как правило, эти упражнения являются вводными и заключительными. Они способствуют формированию чёткой координации движений рук и ног, улучшают осанку, учат ориентироваться в пространстве, закрепляют понятие левостороннего и правостороннего движения, учат воспринимать словесную инструкцию.
2. Игры-упражнения, направленные на развитие способности управлять своей мышечной системой, то есть правильно расслаблять и напрягать определённые группы мышц и произвольно совершать нужные движения.
3. Для того чтобы внятно говорить, необходимо правильно дышать и артикулировать, поэтому логоритмика включает в себя игры-упражнения, направленные на развитие дыхания, голоса и артикуляции.
4. Игровые упражнения, помогающие активизировать, расширять и переключать внимание и тренирующие память. Любому ребёнку важно научиться распределять свое вни-

мание между несколькими видами деятельности, а вместе с этим развиваются все виды памяти: моторная, зрительная, слуховая.

5. Речевые упражнения без музыкального сопровождения. Их суть – ритмичное проговаривание стихотворного текста с одновременным выполнением действий. Стихотворный текст в этих упражнениях является ритмической основой для выполнения определенных движений. Это позволяет совершенствовать общую и мелкую моторику и улучшать координацию движений.
6. Ритмические упражнения. Они направлены на выработку темпа и ритма речи и учат ребенка ориентироваться на ритмическую основу слогов, слов и фраз. Особенно полезно в тех случаях, когда ребенок, проговаривая многосложное слово, не умеет отражать его ритмическую основу, поскольку не чувствует её, как это часто бывает у детей с синдромом Дауна.
7. Пение, которое прекрасно развивает дыхание, слух и голос любого ребенка.
8. Игра на детских музыкальных инструментах помогает развитию мелкой моторики и слуха, формирует чувство музыкального ритма, улучшает внимание, память.
9. Пальчиковые игры. Не стоит забывать, что, развивая ловкость и подвижность пальцев ребенка, мы улучшаем его речевое развитие.
10. Игры, развивающие мимику и артикуляцию. Поскольку у детей с синдромом Дауна снижена чувствительность, они не очень хорошо ощущают свое лицо и не могут свободно управлять мелкими лицевыми мышцами. Игры этого раздела логоритмики помогают им улучшить мимическую и артикуляционную моторику, то есть произвольную подвижность челюстей, губ, щек и языка.
11. Если у ребенка недостаточно развит фонематический слух, ему трудно правильно произносить слова. Упражнения, развивающие так называемое фонематическое внимание и

восприятие, то есть различение на слух звуковых единиц языка, помогают в значительной степени улучшить произношение ребенка.

Если внимательно взглянуть на этот небольшой перечень, несложно заметить, что при правильном подборе материала логоритмика помогает нашим малышам развивать «слабые стороны», характерные для детей с синдромом Дауна, то есть позволяет регулировать мышечный тонус, приобретать опыт точной и согласованной работы всей мышечной системы, развивать слух, голос, внимание и память. В практике Даунсайд Ап логоритмические занятия проводит специально подготовленный педагог, но целый ряд предложенных в этой брошюре игровых заданий и упражнений родители вполне могут организовать в домашних условиях со своим ребенком или с небольшой группой детей. Мы начинаем вводить логоритмические занятия, когда детям исполняется три года, и широко используем детские песенки, потешки, стихи и игровые упражнения, рассчитанные на соответствующий возраст.

Заканчивая вступление к данной книге, хотелось бы обратить внимание родителей на то, что занятия логоритмикой не заменяют специальных логопедических и других развивающих занятий, а только дополняют их, расширяя возможности для развития ребенка и его успешной социализации. Поскольку практически все упражнения и игры на логоритмическом занятии оказывают комплексное воздействие на развитие малыша, одновременно активизируя разные сферы его развития, в конечном итоге цель логоритмики шире, чем кажется на первый взгляд. Ее можно сформулировать так: логоритмика нацелена на общее развитие ребенка и его социальную адаптацию.

Надеемся, что и педагогам, обучающим детей с синдромом Дауна, будет полезен наш практический опыт и материал, используемый нами. Многие рифмовки, стихи, песенки и пальчиковые игры наверняка известны педагогам. Это неудивительно, поскольку мы, конечно, пользуемся одними и теми же

сборниками и очень благодарны их авторам за публикации рабочих материалов. В списке литературы, который дан в конце книги, перечислены те издания, которые уже не один год успешно используются практиками. Наши специалисты, исходя из особенностей развития детей с синдромом Дауна раннего и дошкольного возраста, во многих случаях изменили или уточнили движения и жесты, сопровождающие стихотворные строки, поэтому мы просим специалистов, работающих с такими детьми, обратить внимание на наши интерпретации знаковых материалов.

### **Немного о методах обучения на занятиях логоритмикой**

В своей практической работе педагоги и логопеды используют множество методов, каждый из которых имеет целый комплекс разнообразных приемов. Логопедическая ритмика пользуется наглядными, словесными и практическими методами, и в домашних условиях есть смысл воспользоваться этим педагогическим опытом, поскольку многолетняя практика подтвердила его действенность и эффективность.

На занятиях с маленькими детьми наглядный метод обучения, прежде всего, предполагает непосредственную демонстрацию того, как нужно выполнять то или иное упражнение. Малышу интересно бывает вслед за взрослым показать, как птичка машет крыльями, как скачет зайчик, как ходит мишка и т.д.

Для лучшего усвоения образов взрослый может постепенно начать использовать картинки или фотографии с изображёнными на них животными, а также подключить соответствующее каждому животному музыкальное сопровождение, усиливающее целостное восприятие.

Словесные методы обучения помогают ребенку понять поставленную задачу и включают в себя следующие приёмы.

1. **Объяснение.** Демонстрируя новые движения, взрослый не только показывает, но и обязательно рассказывает ребенку



о том, что вот есть птичка, она поет вот так: «Чик-чирик», – а есть мишка, он ревет вот так: «Э-э-э», – и т.д.

2. **Словесное указание.** Когда ребенку предлагается наглядная демонстрация с объяснением, чтобы воспроизвести нужное движение, ему необходимо бывает получить дополнительную «подсказку» или уточнение. Например: «ручки поднимаем вверх» или «а теперь ручки сжали в кулачки». Это и есть словесные указания. Педагоги часто называют их словесной инструкцией, а иногда – просто просьбой. Важно, чтобы такие указания излагались доступным ребенку языком, были точны и лаконичны.
3. **Беседа.** Предлагая малышу новые упражнения или подвижные игры, стоит рассмотреть с ним подходящую игрушку или картинку, обратить его внимание на характерные признаки того или иного образа. Например: «Вот киска. Мяу-мяу! Киса! Смотри, как она выгибает спинку. Ну-ка, давай тоже выгнем спинку! Теперь ты выгни спину, как киска, а я тебя поглажу по спинке», – и т.д.
4. **Команды, распоряжения и сигналы.** Вспомните, пожалуйста, считалочки, которыми вы начинали игру в детстве, или так называемые игровые зачины. Помните? «Кто будет играть в интересную игру-у, а в какую – не скажу-у...» – это и есть зачин, интрига, призывающая играть вместе. Ну и всем знакомое «Раз, два, три-и-и!» – это ведь тоже команда, голосовой сигнал к началу действия.

После того, как взрослый всё рассказал и показал ребенку, а ребенок вместе с ним попытался воспроизвести то, что ему предлагается, наступает время игры. Это и есть практический метод обучения, он представляет собой своеобразную проверку: усвоил ли малыш то, что ему терпеливо показывали и рассказывали, и сможет ли он практически это использовать. Рассматривали и показывали киску, медведя и зайку? Малыш уже умеет скакать, как заяка, выгибать спинку, как киска, и идти перевалочку, как мишка? Отлично! Теперь может получиться

увлекательная для малыша игра. К примеру, рассадите с ребенком на стулья или на диван кукол и покажите им концерт, то есть продемонстрируйте вместе с ребенком, как пришел мишка и заревел, а потом он позвал кошку, она пришла, выгнула спинку, помяукала и т.д. Можно также использовать другой практический прием – ввести в игру элемент соревнования: «Ну-ка, кто из нас лучше поскачет, как зайка?» или «А кто лучше споет, как птичка?»

Есть еще несколько принципиально важных моментов, без которых трудно представить себе успешные обучающие занятия с маленькими детьми вообще и с малышами с синдромом Дауна в частности.

1. Эмоционально окрашенная подача игрового материала. Речь взрослого должна быть ласковой, приветливой, бодрой и выразительной. Взрослому обязательно надо следить за темпом речи, он должен быть достаточно медленным; любые комментарии, объяснения или указания должны быть четкими, немногословными и понятными малышу.
2. Для занятий необходимо использовать адекватные возрасту ребенка, яркие, привлекательные, лаконичные и понятные ему картинки и игрушки. Материал для занятий логоритмикой должен быть доступен пониманию ребенка, то есть знаком по обычным жизненным ситуациям и другим развивающим занятиям. Если предлагается новая игрушка или картинка, необходимо сначала познакомить с ней ребенка и убедиться, что он понял, о чем идет речь. Новые слова и действия обязательно многократно повторяются вслед за взрослым, а потом и самостоятельно. Необходимо следить за тем, чтобы произносимое слово соотносилось с предметом и действием.
3. Во время занятия необходимо следить за своевременной сменой видов деятельности, чтобы ребенок не уставал и мог сохранять внимание на происходящем.

4. Каждое занятие предполагает повторение пройденного материала, в который постепенно включаются новые элементы.
6. Занятия логоритмикой должны проводиться регулярно.
7. Ребенок и взрослый должны располагаться удобно и чувствовать себя комфортно.
8. Взрослому обязательно следует поддерживать и поощрять любую попытку ребенка включиться в предлагаемую игру. Малышу всегда важно понимать, что его старания замечены, что он успешен!

Занятия логоритмикой целесообразно строить по принципу от простого – к сложному. Ребенок постепенно приобретает и закрепляет определенные навыки, включая в них ранее освоенные умения.

Теперь остановимся подробнее на самых значимых для детей с синдромом Дауна в возрасте от трех до семи лет умениях и навыках, которые позволяет развивать и совершенствовать логоритмика.

## **Двигательная сфера**

Хотя дети с синдромом Дауна к возрасту трех лет уже умеют достаточно уверенно ходить, мы продолжаем работать над совершенствованием этого навыка, стараясь его разнообразить и усложнять, чтобы двигательная компетентность малышей продолжала возрастать.

В процессе логоритмики мы обязательно занимаемся:

- ▶ дальнейшим развитием навыка ходьбы;
- ▶ тренировкой чувства равновесия при ходьбе, беге и прыжках;
- ▶ тренировкой способности ориентироваться в пространстве;
- ▶ развитием способности детей движению в заданном темпе;

- ▶ умением координировать свои действия по сигналу;
- ▶ умением менять направления движения со сменой музыки или ритма;
- ▶ навыками манипулирования предметами как без музыкального сопровождения, так и под музыку;
- ▶ умением действовать в паре со взрослым, а затем и с другим ребенком;
- ▶ развитием быстроты, силы, ловкости;
- ▶ развитием произвольных движений кистей и пальцев рук.

### **Тренировка артикуляционного аппарата**

Сниженный мышечный тонус приводит к тому, что дети с синдромом Дауна не очень хорошо могут ощущать движения артикуляционного аппарата и, следовательно, произвольно ими управлять, в занятия логоритмикой обязательно вводятся:

- ▶ обучение детей простейшим артикуляционным движениям по подражанию взрослому (показать язычок – спрятать, открыть широко рот – закрыть);
- ▶ отработка основных артикуляционных поз; то есть обучение удерживанию губ в положении «улыбка», «трубочка» в 3–4 года и удерживанию языка в положении «широкий» – «узкий» в 4–5 лет.

### **Развитие внимания и памяти**

С первых месяцев жизни малыша важно представлять, как развивается внимание у малышек с синдромом Дауна, поскольку именно внимание во многом определяет дальнейшее развитие таких психических функций, как память, речь, мышление и деятельность. Очень важно постоянно тренировать способность малыша сохранять внимание на предлагаемых ему играх и заданиях, увеличивать объем внимания, чтобы он мог воспринимать все больше и больше объектов в относительно короткий интервал времени, а также учить его распределять и переключать внимание.

Выполняя задания, малыш тренирует и свою память, поскольку ему приходится запоминать и предметы, и просьбы-инструкции, и игры.

Этому продолжительному тренингу способствуют и занятия логоритмикой, во время которых происходит:

- ▶ тренировка умения удерживать внимание на предмете, игрушке, картинке;
- ▶ умение удерживать внимание на определённом задании;
- ▶ формирование восприятия регулирующей словесной инструкции или просьбы;
- ▶ развитие способности запоминать предметы и картинки;
- ▶ развитие способности запоминать инструкции-просьбы;
- ▶ формирование способности запоминать последовательности действий во время различных игр;
- ▶ тренировка двигательной памяти: сначала, к примеру, ребенок запоминает и воспроизводит одно действие – хлопки в ладоши, потом он учится приседать и хлопать в ладошки одновременно.

## **Развитие слуховых функций**

Занятия логоритмикой обязательно предполагают развитие слухового внимания, восприятия и слуховой памяти, что необходимо детям с синдромом Дауна. Надо работать над:

- ▶ развитием способности различать и узнавать неречевые звуки, к примеру, шум воды, шуршание бумаги или хлопок в ладоши;
- ▶ различением силы звуков (тихо – громко), высоты (низко – высоко);
- ▶ узнаванием мелодий знакомых песен;
- ▶ узнаванием звуков окружающей среды, которые ребенок может слышать в повседневной

- жизни, например, лай собаки или скрип дверей, гудок машины или шум поезда метро;
- ▶ формированием слухового восприятия и слуховой памяти с использованием детских музыкальных игрушек (погремушка, колокольчик, бубен, барабан).

## **Развитие речи**

Занятия логоритмикой стимулируют развитие пассивной и активной речи ребенка, поскольку он имеет хорошую возможность:

- ▶ подражать звукам и слогам, словам, которые произносит взрослый;
- ▶ активно произносить, договаривать звуки, слоги, слова;
- ▶ учиться понимать обращенную речь;
- ▶ произносить слова по слогам, то есть формировать слоговую структуру;
- ▶ узнавать и различать на слух знакомые звуки, слоги, слова;
- ▶ регулировать высоту и силу своего голоса (говорить тихо-громко, низко-высоко);
- ▶ совершенствовать произношение слов;
- ▶ пополнять пассивный и активный словарь.

## **Структура и содержание логоритмических занятий для детей с синдромом Дауна**

В настоящее время в рамках обучающих программ Даунсайд Ап логоритмикой занимаются дети в возрасте от 3,5 до 7 лет. Логоритмику ведет один специальный педагог, а два групповых педагога ему ассистируют, оказывая детям необходимую помощь. Логоритмика является 20-40-минутной частью комплексного группового занятия, на которое ребенок приходит один раз в неделю. Если родители имеют такую возможность, мы рекомендуем повторять дома те игры и задания, которые предлагаются детям на занятиях в Центре.

Занятия включают в себя следующие виды деятельности:

- ходьба и маршировка в различных направлениях;
- игровые упражнения, активизирующие внимание;
- игровые упражнения, развивающие мелкую моторику рук;
- игровые упражнения, развивающие слуховое восприятие;
- упражнения, направленные на развитие дыхания, голоса, артикуляции;
- игры и упражнения, регулирующие мышечный тонус и согласованную работу разных групп мышц;
- ритмические упражнения;
- пение;
- речевые упражнения без музыкального сопровождения;
- игра на детских музыкальных инструментах.

Естественно, получасовое занятие не может вместить сразу все виды деятельности, перечисленные в этом списке. Поэтому, на занятиях выделяются обязательные разделы, такие как ходьба, дыхательные упражнения, пальчиковые игры и пение, а остальные части чередуются в зависимости от возраста детей и их «опыта» участия в таких занятиях.

### **Примерная структура занятия по логоритмике для детей трех-пяти лет:**

- ходьба или маршировка по комнате;
- игры и упражнения, направленные на развитие дыхания;
- пение (две-три песни);
- игровые упражнения, направленные на развитие мелкой моторики рук;
- игровые упражнения, развивающие слуховое восприятие;
- игра-упражнение с предметами.

## **Примерная структура проведения занятия по логоритмике для детей пяти-семи лет:**

- ходьба или маршировка по комнате;
- игра-упражнение с предметами;
- игра-упражнение, направленная на развитие дыхания;
- пение (три-четыре песни);
- игровые упражнения, направленные на развитие мелкой моторики рук;
- игра-упражнение, развивающая слуховое восприятие;
- речевые упражнения без музыкального сопровождения;
- подвижная игра под музыку;
- танец;
- игра на детских музыкальных инструментах.



## **Практический материал для занятий по логопедической ритмике**

**В** этом разделе дано краткое описание различных видов деятельности, которые используются на практике. Желательно соблюдение предложенной выше структуры занятия. На начальном этапе обучения стоит использовать самые простые упражнения, а затем, по мере усвоения ребенком предложенного материала, можно включать в занятия более сложные виды деятельности.

### **Ходьба**

Итак, занятие начинается с маршировки или ходьбы. Ходьба – естественный вид движения, который требует развитой способности сохранять равновесие и координировать движения отдельных частей тела. Ходьба обязательно включается в каждое занятие логопедической ритмикой. Такое «вводное упражнение» помогает научить детей разнообразным способам перемещения в вертикальном положении, то есть самостоятельной ходьбе по кругу, ходьбе парами и группой, умению обходить различные предметы, не наталкиваясь на них, соблюдать заданное направление, двигаться по предложенным ориентирам, перемещаться боком, спиной вперед и т.д.

С первых же занятий ребенку с синдромом Дауна необходимо формировать и совершенствовать навыки устойчивой и координированной ходьбы, предполагающей умение ходить, поднимая ноги, без бокового раскачивания. Для этого предлагайте малышу перешагивать через различные предметы, которые есть у вас дома: кубики, небольшие коробки, скакалки, ленты, гимнастические палки, положенные на пол. Занимаясь с ребенком, можно предлагать ему самые разнообразные виды

ходьбы, но необходимо действовать последовательно! Необходимо помнить, что, не отработав простого движения, нельзя переходить к более сложному!

На занятиях можно использовать следующие виды ходьбы:

- ▶ самостоятельная ходьба по дорожке, ограниченной по бокам двумя скалками или лентами;
- ▶ ходьба за взрослым;
- ▶ ходьба за другим ребенком;
- ▶ ходьба по кругу: можно положить на пол большой обруч и ходить вокруг него, а можно выложить круг скалкой, верёвкой;
- ▶ ходьба за взрослым к противоположенной стороне комнаты, а обратно – спиной вперед;
- ▶ ходьба рядом с ребенком: придерживая ребенка за руку, идти к противоположенной стороне комнаты, перешагивая через разложенные на полу предметы, а затем возвращаться обратно спиной вперед, так же перешагивая через эти предметы; на следующем этапе можно ходить таким образом рядом с ребенком, но уже не придерживая его за руку;
- ▶ ходьба друг за другом по кругу, держась рукой за верёвку: на одном занятии это может быть правая рука, а на следующем – левая;
- ▶ ходьба по доске, положенной на пол (если нет доски, можно использовать картон, вырезанный в виде дорожки);
- ▶ ходьба за взрослым по кругу боком, приставным шагом;
- ▶ ходьба за взрослым с остановкой: очень хорошо использовать в таких упражнениях бубен или барабан (пока звучит музыкальный инструмент – ходьба, как только замолчал – остановка);
- ▶ ходьба с высоким подниманием колен;
- ▶ ходьба на носках;

- ▶ ходьба на носках с руками на поясе (обращайте внимание на осанку);
- ▶ ходьба друг за другом с различными предметами в руках (мяч, флажок, кубик, ленточка, погремушка и т. д.) Предмет можно держать на вытянутых перед собой руках, на следующем занятии можно удерживать предмет на уровне груди и т. д.;
- ▶ ходьба за взрослым по дощечке, держа руки в стороны;
- ▶ ходьба за взрослым по дощечке боком (приставным шагом);
- ▶ ходьба за взрослым между стульями;
- ▶ ходьба за взрослым «змейкой» с перешагиванием через препятствие: скакалка или лента вытягивается прямо, а дети идут то с одной стороны, то, перешагнув скакалку, – с другой стороны;
- ▶ ходьба за взрослым на носках и на пятках, меняя положение рук (поднимаете руки в стороны, потом вверх, перед собой, опускаете);
- ▶ вверх по наклонной доске, в конце скок (это сложное упражнение).

Различные виды ходьбы во время занятий хорошо сочетать не только с музыкой, но и со стихами.

### **«Ножки и дорожки»**

Большие ноги шли по дороге

*(при ходьбе поднимаем колени  
и громко топаем ногами),*

А маленькие ножки бежали по дорожке

*(передвигаемся быстро и тихо).*

### **«На цыпочках»**

*(Ходим на носках.)*

Маме надо отдыхать,  
Маме хочется поспать.  
Я на цыпочках хожу,  
маму я не разбужу.

### **«Цапля»**

Цапля ногу поднимает *(стоим на одной ноге),*  
Ничего не понимает  
И весь день среди ракит  
*(меняем ногу и стоим на другой ноге)*  
На одной ноге стоит.

Детям с синдромом Дауна бывает трудно стоять на одной ноге, поэтому целесообразно в первое время предложить им выполнять это упражнение, стоя в кругу и держась за руки.

### **«Хороши малыши»**

Наши детки на полу  
Ножками затопали,  
Посмотрите, хороши  
Наши детки-малыши.  
*(В такт стишку громко топая ногами.)*

### **«Лесенка»**

Мы по лесенке шагали  
И ступенечки считали:  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем весело шагать.

Эту рифмовку удобно и полезно использовать при ходьбе по ступенькам, а можно просто маршировать, высоко поднимая колени и громко топая.

### «Мы идем!»

Разложите на полу несколько препятствий, например, небольшие подушки, кубики, мягкие игрушки. Шагайте с малышом вокруг препятствий или перешагивая через них, а может быть, останавливаясь и перепрыгивая. Если ребенок еще не умеет прыгать, поддержите его за руки, возможно, он сам попробует перепрыгивать через препятствия.

Мы идём, мы идём,  
Громко песенку поём!  
Прыгнем раз, прыгнем два,  
Прыгать рады мы всегда.

### «Зашагали ножки»

Выложите из скакалок извилистую дорожку, ведите по ней малыша, приговаривая:

Зашагали ножки –  
Топ, топ, топ!  
Прямо по дорожке –  
Топ, топ, топ!  
Ну-ка, веселее –  
Топ, топ, топ!  
Вот как мы умеем –  
Топ, топ, топ!  
Топают сапожки –  
Топ, топ, топ!  
Это наши ножки –  
Топ, топ, топ!

## **Слуховое и речевое восприятие**

Как мы уже упоминали, в комплекс логопедической ритмики входят упражнения, способствующие развитию слухового восприятия, слухового внимания, слуховой памяти. Они направлены на различение неречевых звуков по громкости: громкий – тихий; по продолжительности: долгий – короткий; по направлению звука: сбоку – сзади – сверху; по высоте: высокий – низкий; по ритму: быстрый – медленный).

Игры, побуждающие ребенка угадывать, что звучит, проводятся по принципу от простого – к сложному. В начале малыша следует познакомить со звучанием отдельных предметов, убедиться, что ребенок запомнил, как они звучат, и только потом можно предлагать ему игры, направленные на то, чтобы он, узнав звук, показывал или называл соответствующий предмет.

Возьмите себе за правило обязательно знакомить ребенка с теми игрушками и картинками, которые вы ему предлагаете во время занятия. Очень важно, чтобы малыш узнавал сами предметы и их изображения, поэтому в начале каждой игры обязательно устраивайте маленькую демонстрацию, задавая ему вопросы типа «Что это?»; «Где бубен?»; «А где барабан?»; «Как бьем в барабан?»; «Покажи, как мишка ходит?» и т. д. Помогайте ребенку дать правильный ответ, но только в том случае, если он затрудняется вам ответить сам. В качестве верного ответа в первое время вполне приемлем жест, а иногда и просто взгляд ребенка на нужную игрушку. Не забудьте похвалить ребенка: «Правильно, молодец!» Если ребенок ошибся, попробуйте еще раз повторить свой вопрос и помогите ему ответить правильно, чуть выдвинув игрушку вперед или показывая ему, как ходит мишка, чтобы он мог пока действовать по подражанию.

Произнося рифмовки и стихи, старайтесь, чтобы они звучали внятно, подчеркнуто эмоционально и в подходящем темпе.

Разучив с ребенком игру, необходимо ее закрепить, то есть повторять на нескольких занятиях.

## **Игры, направленные на формирование слухового внимания**

### **«Барабан – погремушка»**

*Оборудование:* барабан, погремушка.

На первом занятии покажите ребенку барабан и скажите: «Это барабан». Ударяя по барабану, скажите: «Ба-ра-бан». Дайте ребенку поиграть на барабане. Спросите: «Что это?» Ребенок может ответить словом или жестом. Дайте ему образец ответа: «Это барабан». Расскажите: «У барабана палочки. Палочки стучат по барабану: бам-бам-бам». *(Не забудьте наглядно показать, что происходит, то есть постучать по барабану палочками.)* Затем предложите ребенку самому постучать по барабану. Пока он стучит, маршируйте по комнате. Затем возьмите барабан, прочтите ребенку рифмовку:

Барабан стучит, стучит,  
бам-бам-бам-бам. *(Стучим по барабану.)*  
Ножкам он ходить велит,  
бам-бам-бам-бам. *(Шагаем по комнате.)*

На втором занятии покажите малышу погремушку. Скажите: «Это погремушка». Спросите: «Что это?» Дайте ребенку возможность ответить вам жестом или словом. Дайте ему образец ответа: «Это погремушка». Расскажите: «Погремушка гремит так: ча, ча, ча». *(Погремите погремушкой.)* Предложите ребенку погременуть погремушкой, пока он трясет погремушку, выполняйте движения руками: «ручки пляшут», держа кисти перед собой и поворачивая их к себе и от себя ладонями. Возьмите погремушку, прочтите рифмовку:

Погремушечка звенит *(гремим погремушкой),*  
Ручкам танцевать велит  
*(выполняем движения кистями рук:*  
*«ручки пляшут»).*

На третьем занятии покажите малышу и барабан, и погремушку. Попросите его показать барабан: «Где барабан? Правильно, вот барабан!», затем – погремушку: «А где погремушка? Вот погремушка! Молодец!». Спросите: «Что это?» – показывая на барабан, погремушку. Ребенок называет соответствующий предмет доступным для него способом (слово / звукоподражание / жест / движение). Накройте платком эти игрушки, затем предложите малышу: «Послушай, что играет?» – и постучите по барабану или позвените погремушкой. Задача для ребенка, узнав звучание, откликнуться соответствующим движением: если он слышит барабан – помаршировать, а если погремушку – «потанцевать ручками». Если ребенок затрудняется, подскажите ему, что от него требуется, а затем повторите игру еще раз. Можно подсказать малышу жестом, выражением лица, чуть помочь ему физически.

Повторяйте эту игру на протяжении нескольких занятий.

### «Машина»

*Оборудование:* дудка.

Прочтите ребенку стихотворение, используя жест «машина» и демонстрируя с помощью дудки громкие и тихие звуки.

У Ванечки машина  
Не едет без бензина.  
Близко стоит,  
Громко гудит. (*Громко дудите в дудку.*)  
Налили в бак бензина,  
Поехала машина.  
Услышать нелегко,  
Машина далеко. (*Дудите тихо.*)

### «Дождик»

*Оборудование:* карандаш или палочка.

Удобно сядьте с ребенком на коврик. Объясните, что когда стучите палочкой редко, то ребенок должен протянуть ручки



вперёд ладонями вверх, как бы ловя капельки дождя. А когда стучите часто – надо сложить ладошки домиком над головой, то есть спрятаться в домик от дождя.

Читайте стихотворение и выполняйте действия в соответствии с текстом:

Дождик капал понемножку

*(редко стучите палочкой по столу),*

Протянули мы ладошку

*(протягивайте руки вперёд ладонями вверх, как бы ловя капли),*

Дождь пошёл сильней, сильней!

*(Часто стучите по столу.)*

Убегайте в дом скорей!

*(Сложите ладошки домиком над головой.)*

Ну-ка, не зевай,

Ну-ка, отгадай:

Какой дождь?

*(Стучите часто или редко, ребенок соответственно выполняет движения. Если ребенок затрудняется, обязательно помогите ему либо вытянуть руки вперед, либо сложить их домиком.)*

### «Тихо – громко»

*Оборудование:* барабан.

Возьмите барабан, поставьте перед ребенком. Скажите: «Будем играть на барабанах громко: бам-бам, а по коленкам стучать тихо: бом-бом. Повторите вместе с ребенком, как будете играть на барабанах и стучать по коленкам.

Затем медленно произносите вслух стихотворение и выполняйте действия в соответствии с текстом:

Бам-бам – бам-бам.

Громко бьём мы в барабан.

*(Стучите по барабану ладошками.)*

Бом-бом – бом-бом.

По коленкам тихо бьём. *(Тихо ударяете по коленкам.)*

В дальнейшем попробуйте читать это стихотворение, предлагая ребенку самому в ответ на ваши слова громко постучать по барабану и тихо похлопать по коленкам.

### **«Птички»**

*Оборудование:* бубен.

Предложите ребенку «превратиться в птичку» (обязательно покажите ему, как летает птица). Скажите: «Птичка полетела гулять!», побуждая его *«полетать» по комнате*. Затем, продолжайте: «Вдруг подул ветер, прилетела чёрная туча, загремел гром! Здесь можно ударить в бубен. Дальше действие разворачивается так: пока гром «гремит» тихо, птичке не страшно и она летает, но как только он начнёт греметь громко, птичка испугается и спрячется в своё гнездышко, то есть ребенок приседает на корточки.

### **«Прискакал или пришёл?»**

*Оборудование:* бубен, шапочки «медведь» и «заяц». *Чтобы изготовить такую шапочку, вырежьте из плотной бумаги широкую ленту по размеру детской головы, соедините концы ленты, приклейте на неё изображение животного.*

В этой игре могут принимать участие два ребенка, «медведь» и «зайцем» можно становиться по очереди, меняясь шапочками.

Обязательно покажите детям, где медведь, а где заяц, рассмотрите и примерьте шапочки, продемонстрируйте, как медведь ходит, как зайчик прыгает, повторите эти движения с детьми. Используйте при этом бубен: медведь ходит вразвалку – ударяйте в бубен медленно, а зайчик весело прыгает – ударяйте в бубен часто.

Затем расскажите: «Сегодня мы с вами пойдём в лес. Там живут звери, которые двигаются только тогда, когда я играю на бубне. Когда я играю быстро, вот так (ударяете в бубен быстро) – зайчик прыгает, когда играю медленно, вот так (ударяй-

те в бубен медленно), – медведь идёт вразвалочку. Теперь я буду рассказывать, а вы показывайте мне медведя или зайчика».

Читайте рифмовку, сопровождая ее ударами в бубен:

Медведь на полянке:

Топ – топ – топ! *(Медленно ударяйте в бубен.)*

А зайчика по горочке:

Скок – скок – скок! *(Быстро ударяйте в бубен.)*

### «Что звучало?»

*Оборудование:* платок из плотного материала; музыкальные игрушки и картинки с их изображением.

Выложите перед ребенком на столе музыкальные игрушки. Назовите эти игрушки, покажите, как на них играть. Соотнесите их с картинками. Предложите малышу поиграть на них самому. Потом объясните: «Я сейчас спрячу игрушки под платок и буду на них играть, а ты должен узнать и показать то, на чем я играю». Пожалуйста, помните, что в эту игру можно играть только тогда, когда ребенок хорошо запомнит звучание определенных музыкальных инструментов. Начинать такую игру следует с 2-3 инструментов, постепенно увеличивая их число до 4-5.

На следующем этапе этой игры малыш должен узнать звучащий под платком инструмент и найти соответствующую картинку.

### «Поставь по порядку»

*Оборудование:* платок из плотного материала, музыкальные игрушки: дудочка, колокольчик, барабан, картинки с их изображением, две карты с их схематичными изображениями: (на одной – дудочка, барабан, колокольчик; на другой – колокольчик, дудочка, барабан).

Покажите ребенку музыкальные игрушки, которые он должен будет узнать по звучанию. Поиграйте на каждой из них на глазах у ребенка, затем предложите ребенку самому позвенеть

колокольчиком, ударить в барабан, подуть в дудочку. Не забывайте несколько раз внятно называть звучащую игрушку.

Затем расскажите: «Теперь я буду играть, а ты внимательно слушай, что сейчас играет». Поиграйте, например, на дудке, затем попросите ребенка: «Покажи мне картинку, где нарисована такая же игрушка?» Если ребенок путается, еще раз подудите и помогите ему найти правильную картинку. Далее предложите: «Положи картинку перед собой на стол. Вот так, молодец. Теперь еще послушай, на чем теперь я играю?» Позвоните колокольчиком и попросите малыша: «Найди картинку с колокольчиком и положи ее на стол. Вот, молодец. Опять послушай, что звучит сейчас?» Поиграйте на барабане. «На чем я играла? Правильно, на барабане. Найди, где нарисован барабан, и положи картинку на стол».

Через пару занятий, поиграв таким образом и убедившись, что ребенок усвоил эту игру, можно предложить ему следующий ее этап. Когда ребенок найдет все картинки, предложите ему проверить, правильно ли он справился. Для этого выложите перед ним карту со схематичными изображениями музыкальных игрушек и предложите наложить картинки на схему. В этом случае, конечно, следует с самого начала предъявлять ребенку игрушки в том порядке, в котором они нарисованы на карте-схеме.

Проведите игру ещё раз, поменяв последовательность звучащих предметов и ориентируясь на вторую карту, где игрушки расположены в другом порядке.

### **«Высокие – низкие»**

*Оборудование:* платок из плотного материала, большой и маленький колокольчики, заметно отличающиеся высотой звучания, картинки с изображениями большого и маленького колокольчика.

Поочередно позвоните большим и маленьким колокольчиком, при этом обращайтесь внимание ребенка на то, что один большой и звучит низко, другой маленький и звучит высоко.

Как это – «низко» и как – «высоко», можно дополнительно проиллюстрировать мимикой, жестами и изменением тембра своего голоса. Рассмотрите картинки, убедитесь, что ребенок понимает, где какой колокольчик изображен. Затем спрячьте колокольчики под платок и предложите ребенку послушать, как звучит колокольчик, высоко или низко, и выбрать соответствующую картинку.

Такую же игру можно проводить и с другими музыкальными инструментами, например, с двумя по-разному звучащими дудками и т.д.

### **«Где колокольчик?»**

*Оборудование:* две сходные по звучанию игрушки, например, колокольчик и бубен, картинки с их изображениями.

Познакомьте ребенка с игрушками. Покажите бубен и скажите: «Вот бубен. Как он звучит?» – Постучите в бубен. Дайте постучать в него ребенку. Спросите еще раз: «Что это?» Дайте ребенку возможность ответить словом или жестом. Затем покажите ему колокольчик. Позвените им. Скажите: «А это – колокольчик. Как он звенит?» – позвените еще раз. Дайте ребенку самому позвенеть в колокольчик. Спросите его: «Что это?» и дайте возможность ответить словом или жестом. Затем предложите ребенку закрыть глаза или отвернуться, или поиграйте на одной из игрушек, спрятав ее за спину. Попросите малыша повернуться или открыть глаза и ответить, какая из игрушек звучала. Спросите: «На чем я играла? Покажи!» Пусть ребенок покажет на соответствующий инструмент или на картинку с его изображением. Попросите назвать инструмент. Если ребенок не может ответить словом, принимается ответ в виде жеста.

Чтобы разнообразить такую игру, можно «пригласить в гости» мишку или куклу, посадить рядом со взрослым, и сказать: «Мишка будет играть, а ты закрывай глаза и послушай, на чём играет мишка?» – и т.д.

### «Курочка и цыплята»

*Оборудование:* барабан, картинка с изображением курочки и цыплят.

Рассмотрите с детьми картинку «Курочка с цыплятами». Спросите: «Где курочка? Где цыплята?» Дайте ребенку возможность ответить словом или жестом. Покажите, как курочка клюёт зёрнышки: указательным пальцем правой руки дотрагиваетесь до ладошки левой руки. Предложите ребенку показать то же самое.

Прочтите рифмовку, сопровождая её ударами в барабан, то быстро, то медленно.

Курочка гуляла,  
Червячка искала (*редко стучите в барабан*),  
Червячка нашла,  
Деток позвала.  
Цыплятки прибежали (*часто стучите в барабан*),  
Червячка склевали.

Предложите ребенку в соответствии с темпом ударов по бубну «клевать зернышки», ударяя пальцем по ладошке быстро и медленно.

### «Егорка на горке»

*Оборудование:* дудочка с меняющейся высотой звука.

Покажите детям дудочку. Продемонстрируйте, что дудочка может играть высоко, подуйте в дудочку, чтобы она пропищала, и поднимите свободную руку. Повторите еще раз: «Высоко!» – сопровождая слово поднятой рукой. Пусть ребенок повторит вместе с вами жест и слово. Затем продемонстрируйте и назовите, как дудочка играет низко: подудите, опустите руку, назовите еще раз: «Низко!» – и повторите вместе с ребенком жест и слово.

Прочитайте рифмовку:

Полез Егорка  
На высокую горку  
*(извлеките высокий звук, поднимая руку).*  
Свалился с горки,  
Ловите Егорку *(низкий звук, опустите руку).*

Предложите малышу вместе с вами повторить этот стишок, употребляя соответствующие жесты и слова «высоко» – «низко».

Через несколько занятий можно усложнить эту игру: извлекайте высокий или низкий звук и спрашивайте ребенка: «Где Егорка: внизу или наверху? Покажи (скажи)!»

### **«Короткие – длинные дорожки»**

*Оборудование:* губная гармошка, карточки с приклеенными длинными и короткими полосками бумаги или ткани.

Познакомьте детей с губной гармошкой. Продемонстрируйте, как она играет, возможно, ребенок сам захочет дунуть в гармошку. Назовите инструмент, спросите еще раз ребенка: «Что это?» Дайте ему возможность ответить словом или жестом.

Затем покажите, что можно играть длинную песенку, как вот эта дорожка (покажите на карточке длинную полоску), а можно – короткую песенку, как это дорожка (покажите соответствующую полоску). Повторите еще раз длинную и короткую песенки, попросив ребенка показать соответствующую дорожку на карточке. Если нужно, помогите ему ответить правильно.

Прочтите рифмовку:

Я гуляю по дорожке,  
Играю на гармошке.  
Длинная дорожка –  
Играй, моя гармошка.

*(Издавайте долгий звук и показывайте длинную дорожку, пусть ребенок находит на своей карточке длинную полоску.)*

Короткая дорожка –  
И замолчит гармошка.

*(Издавайте короткий звук и покажите рукой короткую дорожку, пусть ребенок находит на своей карточке короткую полоску.)*

## **Активизация подражания**

### **«Весёлый бубен»**

*Оборудование:* бубны среднего размера по количеству детей в группе.

Взрослый садится на пол, сажает детей перед собой на стульчики, раздаёт им бубны. Проговаривая слова русской народной песни, взрослый выполняет ритмические удары по бубну, побуждая детей подражать ему и тоже ударять в бубны в такт.

Как у наших у ворот,  
Муха песенку поёт.  
Ой, лю-ли, вот поёт!  
Ой, лю-ли, вот поёт!

### **«Весёлые игрушки»**

*Оборудование:* погремушки с удобной для захвата ручкой; коробка; яркая косынка.

Взрослый кладёт погремушку в коробку и накрывает сверху косынкой. Он обращает внимание детей на что-то новое, спрятанное под косынкой: «Что у меня здесь спрятано? Давайте посмотрим! Кто откроет?» Один из детей открывает коробку, снимая с нее косынку, то есть «находит» погремушку, а взрослый, напевая песенку, достаёт её из коробки и ритмично гремит в такт стишку:

Погремушки, погремушки,  
Вот весёлые игрушки,  
Громко, громко так гремят  
И ребяток веселят!



Затем взрослый раздаёт детям погремушки и предлагает греметь ими, пока он поет песенку, а когда замолкает, спрятать их за спину. Далее следует демонстрация того, что предлагается сделать детям. Когда взрослый кончает пение, он напоминает: «Нет музыки! Нет погремушки!»

### «Послушные ручки»

*Оборудование:* коврик или лёгкое одеяло.

Взрослый садится на пол напротив детей, привлекает их внимание и напевает песенку, демонстрируя движения, о которых говорится в тексте:

Ручками мы хлопаем:

да – да – да – да!

*(Взрослый хлопает в ладоши, протяжно пропевает слоги «да – да – да», стремясь, чтобы ребенок наблюдал за его артикуляцией и подпевал ему.)*

Ручками помашем:

да – да – да – да!

*(Взрослый разводит руки в стороны (как птица машет крыльями), выразительно пропевая слог «да».)*

### «Машина»

*Оборудование:* машина с кузовом, подходящие по размеру мишка, кукла, зайчик.

Взрослый сидит на полу, дети перед ним на стульчиках. В машину сажают, например, мишку. Взрослый, напевая песенку, провозит перед детьми машину с медведем:

Машина, машина

Куда ты идёшь?

Машина, машина,

Кого ты везёшь?

*Взрослый останавливает машинку и выразительно пропевает детям:*

«Би-би-би!»

*Продолжает движение машины, поёт:*

Машина, машина,  
Ты нас покатай,  
Машина, машина,  
Быстрее поезжай!

*Взрослый останавливает машину и выразительно  
пропевает, чётко артикулируя:*

«Би-би-би!»

*Продолжает движение машины, поёт:*

Машина, машина,  
Ты всех обгони,  
Машина, машина,  
Направо сверни.

*Взрослый останавливает машину и выразительно  
поёт, побуждая детей спеть вместе:*

«Би-би-би!»

*Продолжает движение машины, поет:*

Машина, машина,  
Вези нас домой.  
Машина, машина,  
Приехали, стой!

Стоит предложить кому-то из детей покатаь машину в соответствии с песенкой, а также всем спеть вместе со взрослым.

### **«Кто как кричит?»**

*Оборудование:* игрушечные животные: гусь, коза, ворона и картинки с их изображениями.

После знакомства детей с игрушками и картинками показываем игрушки, говорим, кто это, как кричит, убеждаемся, что дети знают, где кто нарисован.

Взрослый, напевая песенку, показывает соответствующие картинки с животными.

Гусь с гусятами живёт  
В доме на лужайке.  
Кто там голос подаёт?  
Ну-ка, угадай-ка!

Га-га-га-га! (говорком)

*Взрослый останавливается и еще раз просит детей повторить вместе с ним:*

«Га-га-га!»

*Затем берёт картинку с изображением козы и, показывая картинку, продолжает пение:*

Вот коза козлят ведёт

Прямо на лужайку.

Кто там голос подаёт!

Ну-ка, угадай-ка?

Ме-ме-ме-ме! (говорком)

*Взрослый останавливается и просит детей еще раз повторить вместе с ним:*

«Ме-ме-ме!»

*Далее берёт картинку с изображением ворона и, показывая картинку, поет следующий куплет:*

Воронят своих зовёт

Ворон на лужайку.

Кто там голос подаёт?

Ну-ка, угадай-ка!

Кар-кар-кар-кар! (говорком)

*Взрослый останавливается и просит детей повторить вместе с ним:*

«Кар-кар-кар!»

### **«Играем в прятки»**

**Оборудование:** различные игрушечные животные по количеству детей: пять кошек или пять зайчиков, мишек, уток, кукол.

Дети сидят на стульчиках, в руках по одной из игрушек, например, у всех игрушечные кошки. Взрослый предлагает детям спрятать кошек под свой стульчик. Взрослый спрашивает: «Где киска?» и побуждает ребенка повторить за ним ответ на этот вопрос: «Нет киски!». Спрашивайте у каждого ребенка: «Где твоя киса?». Вместе с ребенком отвечайте: «Нет». Старайтесь обращать внимание ребенка на вашу артикуляцию, при-

влеките его внимание к вашему рту, прикасаясь указательным пальцем к уголку ваших губ. Ваша артикуляция должна быть подчеркнутой: *губы растягиваются в стороны, как при улыбке, язык вверх*, важно, чтобы ребенок мог видеть это и подражать взрослому.

### **«Позови игрушку сам»**

*Оборудование*: различные игрушечные животные по количеству детей: пять кошек или пять зайчиков, мишек, уток, кукол.

Дети сидят на стульчиках, взрослый сидит перед ними на полу. У всех в руках игрушки.

Взрослый прячет свою игрушку за спину, к примеру медведя, говорит: «Я сейчас позову: Ми-ша, и-ди сю-да!» – отхлопывая в ладоши каждый проговариваемый слог. Затем он достаёт из-за спины медведя и обращает внимание детей на то, что мишка пришел.

Взрослый предлагает детям спрятать свои игрушки под стульчик, а затем, по очереди обращаясь к каждому ребенку, проговаривает фразу, отхлопывая в ладоши каждый слог: «Ми-ша, и-ди сю-да!» Ребенок повторяет то же самое и тоже хлопает в ладоши, деля слова на слоги. Хлопки можно заменить отстукиванием слогов ладошками по коленям. Взрослый может отстукивать каждый слог по коленкам ребенка, а в дальнейшем можно предложить ребенку попробовать это сделать самому.

### **«Кто быстрее найдёт свою игрушку»**

*Оборудование*: игрушки по количеству детей, пластиковый ящик, бубен.

Дети сидят на стульчиках. Взрослый подходит к каждому ребенку и предлагает, не заглядывая в ящик, достать из него игрушку. Взрослый вместе с детьми рассматривает игрушки, побуждая их запомнить, кто какую взял. «У Вани – кукла! Кто это, Ваня? Правильно, кукла!»

Потом взрослый предлагает всем детям встать, посадить на свои стульчики игрушки и подойти к нему. Дети оставляют свои игрушки на стульчиках и подходят к взрослому. Взрослый даёт следующую инструкцию: «Я буду звенеть в бубен и бегать по комнате, а вы бегайте вместе со мной. Как только я положу бубен на пол, мы все вместе побежим к своим игрушкам и возьмём их в руки».

### «Со мной играй, за мной повторяй»

*Оборудование:* детские стульчики.

Дети сидят на стульчиках, взрослый сидит перед ними.

Взрослый произносит слова, сопровождая их соответствующими движениями, а дети повторяют, подражая взрослому:

Мы играем на гармошке –

Ля, ля, ля, ля.

*(Сводят и разводят перед собой руки, имитируя игру на гармошке.)*

Громко хлопаем в ладошки –

Хлоп, хлоп! *(Хлопают в ладоши.)*

Головой слегка качаем –

Кач, кач! *(Покачивают головой из стороны в сторону.)*

Ручки кверху поднимаем –

Тач, тач!

*(Поднимают руки над головой и качают ими из стороны в сторону.)*

Мы в ладоши – хлоп, хлоп!

*(Хлопают в ладоши, держа руки над головой.)*

А ногами – топ, топ!

*(Топают ногами, руки – над головой.)*

Вниз ладошки опускаем –

Отдыхаем, отдыхаем. *(Опускают руки вниз.)*

### «Едем, летим»

Побуждайте детей повторять все движения и звуки вслед за взрослым:

Самолёт летит, самолёт гудит.

У, у, у, у – я лечу в Москву!

*(Развести руки в стороны, имитировать движения крыльев самолёта. Спрашивать: «Как гудит самолёт?» Дети: «У-у-у!» Обратить внимание на губы взрослого – они сложены «трубочкой».)*

Поезд мчится во весь дух – чух, чух!

*(Согнуть руки в локтях, имитировать движение колёс поезда, просить повторять за взрослым: «чух, чух».)*

Он колёсами стучит – тук, тук!

*(Ударять кулачок о кулачок перед собой, просить проговаривать вместе со взрослым: «тук, тук».)*

Он пыхтит, он гудит – ду, ду, ду!

*(Руки согнуты в локтях, поднимаем их и опускаем, побуждая детей проговаривать: «ду, ду, ду».)*

### **«Мы погреемся немножко»**

Дети выполняют движения вместе со взрослым.

Мы погреемся немножко,

Мы похлопаем в ладошки:

Хлоп! Хлоп! Хлоп! Хлоп!

*(Все вместе хлопают в ладоши.)*

Ножки тоже мы погреем,

Мы попрываем скорее.

Прыг! Прыг! Прыг! Прыг!

*(Все подпрыгивают на месте.)*

Рукавицы мы надели,

Не боимся мы метели.

Да! Да! Да! Да!

*(Все имитируют надевание рукавиц.)*

Мы с морозом подружились,

Как снежинки закружились.

Так! Так! Так! Так!

*(Все кружатся.)*

## «Три весёлых братца»

Взрослый и дети идут по кругу в хороводе. Взрослый проговаривает стихи:

Три весёлых братца  
Гуляли по двору.  
Три весёлых братца  
Затеяли игру. *(Все останавливаются.)*  
Кивали все головками:  
Ник-ник-ник. *(Все качают головами вправо, влево.)*  
Пальчиками ловкими:  
Чик-чик-чик.  
*(Все стучат указательными пальцами друг о друга.)*  
Делали ладошками:  
Хлоп-хлоп-хлоп. *(Все хлопают в ладоши.)*  
Топали ножками:  
Топ-топ-топ. *(Все топают ногами.)*

## Дыхание

Нормальное дыхание происходит через носовую полость. Детям с синдромом Дауна бывает трудно делать выдох, поскольку они недостаточно хорошо могут управлять работой основной дыхательной мышцы – диафрагмы – и других дыхательных мышц, когда им необходимо вытолкнуть воздух из грудной клетки.

Существует два типа дыхания. Первый – *верхнерёберное или просто реберное дыхание*. При нем действует только верхняя часть груди и лёгких, и, следовательно, в лёгкие входит лишь небольшое количество воздуха. Этот способ дыхания часто можно наблюдать у детей, и он нормален для них, но такое дыхание не позволяет делать ни глубоких вдохов, ни глубоких выдохов. Вспомните, как дышит ребенок, когда спит. Это и есть реберное дыхание.

Поскольку сила звука и вообще способность внятно произносить что-то зависит от хорошего полноценного выдоха, реберного дыхания оказывается недостаточно, при работе по развитию речи обязательно уделяется внимание тренировке другого типа дыхания, которое сопровождается сильным полноценным выдохом.

Второй тип дыхания – нижнерёберное или диафрагмальное. При диафрагмальном вдохе диафрагма выгибается и, напирая на брюшные мышцы, расширяет объем легких, впуская в них воздух, а при выдохе наоборот уплощается, надавливая на легкие, и заставляет воздух покинуть их. Помните, как мы переводим дух? Это и есть диафрагмальный вдох и выдох.

Обычный человек не замечает, как меняется его дыхание при произнесении слов, поскольку он с детских лет нормально мог регулировать свое дыхание. А вот ребенку с синдромом Дауна часто необходима специальная тренировка диафрагмального выдоха и, соответственно, так называемого речевого дыхания.

Управлять движением диафрагмы легче всего в расслабленном положении тела, а тело расслабляется лучше всего, когда человек лежит. Первое время упражнения нужно проводить, лёжа на спине.

Вначале дыхательные упражнения направлены только на координацию ротового и носового дыхания при активном участии диафрагмы. Всё нацелено на то, чтобы научить ребенка управлять своим вдохом и выдохом. Суть в том, что нужно, чтобы ребенок почувствовал свое естественное дыхание при говорении – вдох носом, выдох ртом. Именно эти упражнения, тренирующие правильный речевой выдох, и надо усвоить нашим детям. Они сначала проводятся в положении лежа, затем, по прошествии времени и какого-то количества занятий, – сидя и стоя, а потом и в движении.

Ожидать от маленького ребенка, что он выполнит инструкцию типа: «Вдохни носом, выдыхай ртом» – не стоит, поэтому в этих упражнениях мы сможем опираться на подражательные



способности малыша. Важно показать ему, что надо сделать, причем показать очень наглядно, сохраняя при этом приветливость и помня о том, что дыхание можно только почувствовать! Будет лучше всего, если вы будете играть с ребенком, чтобы ему было интересно происходящее, а попутно давать точные и короткие комментарии.

### **«Животик дышит»**

Начиная разучивать эту игру-упражнение, на первых порах, чтобы ребенок почувствовал вдох и выдох, рекомендуется положить его спиной к себе на грудь и зафиксировать его руки своими руками. При этом взрослому надо лечь на пол, а малыша положить себе на грудь и живот. Малыш, лежа на теле взрослого лицом вверх, практически копирует положение тела взрослого.

И. п. (исходное положение) – ребенок лежит на спине, взрослый сидит на полу рядом (в первое время ребенок лежит спиной на теле взрослого).

Положите одну руку ребенка на его грудь, другую – на его живот. Взрослый своими руками сверху мягко и ласково фиксирует руки ребенка в нужном положении. Медленно вдохнуть через нос так, чтобы грудная клетка расширилась. На 1-2 секунды задержать воздух в лёгких. Потом сделать ощутимый выдох ртом. В идеале, брюшная стенка должна подтянуться, «животик проваливается внутрь». В конце выдоха опускается грудь. Вдыхать и выдыхать плавно, избегая прерывистого дыхания.

### **«Ветерок»**

И. п. – взрослый и ребенок сидят на детских стульчиках друг напротив друга или ребенок сидит на стульчике, а взрослый – на полу перед ним. Нужно сделать глубокий вдох через нос. На медленном выдохе губы сложить «трубочкой», при этом пальцем или всей ладонью быстро водить из стороны в сторону вдоль губ, не касаясь их пальцем или ладонью, а только пре-

рывая выдыхаемую воздушную струю так, чтобы получился звук ветра.

### «Дуем на свечку»

И. п. – взрослый сидит на маленьком стульчике или на полу, ребенок стоит к нему лицом. Нужно сделать медленный вдох через нос и на медленном выдохе, сложив губы «трубочкой», дуть на свечу, лежащее на столе пёрышко или воздушный шарик. Голова при этом не наклоняется вперед. Шея не вытягивается. Пламя свечи должно плавно отклониться по ходу воздушной струи. Затем можно немного отодвинуть свечу и повторить упражнение; потом ещё больше увеличить расстояние и т.д. Постарайтесь обратить внимание ребенка, что, чем дальше от него расположена свеча, тем сильнее напрягается при выдохе его животик.

Для того чтобы ребенку было интересно заниматься дыхательными упражнениями, чтобы они стали увлекательной игрой, сделайте из тонкой бумаги птичек, бабочек, различные листочки, насекомых, снежинки (нарисуйте, вырежьте и прикрепите за ниточку к палочке) и дуйте на них. Детям очень нравится выдувать мыльные пузыри, дуть в трубочку, опущенную в воду, на маленький комочек ваты, на пламя свечи, в дудочку, свисток, на ленточку, воздушные шары.

На листе бумаги нарисуйте сюжет сказки. К примеру, возьмите всем отлично известную сказку про Колобка. Нарисуйте лису на листе бумаги, а Колобка вырежьте из другого листа бумаги и на ниточке прикрепите к листу. Обыграйте этот сюжет. Посадите Колобка на нос лисе и сдувайте его поочередно с ребенком. Так же можно сдувать птичку с веточки, бабочку с цветочка, листочек с грибочка, тучку с солнышка, рыбку с волны и т.д.

Упражнения, направленные на развитие диафрагмального дыхания, постепенно формируют навык так называемого фонационного дыхания. Мало-помалу беззвучные дыхательные упражнения переходят в фонационные, когда ребенку стоит

предложить на выдохе произносить те или иные звуки. Например, вдох носом, после спокойно произносим один звук: [а], два звука: [а\_\_\_о], [а\_\_\_у], выпуская воздух через рот.

В дальнейшем подобные упражнения постепенно усложняются. На одном выдохе нужно произнести 3-4 звука, слоги, сочетание слогов.

По мере закрепления навыка фонационного дыхания формируется и правильное речевое дыхание, которое, в свою очередь, обеспечивает нормальное звучание голоса.

Дыхательные упражнения проводятся как под музыку, так и без музыкального сопровождения, кроме того, они хорошо сочетаются с движением рук, туловища или головы. Например:

И. п. – стоим прямо, ноги на ширине плеч. На вдох – поднять руки, на выдохе – через стороны опустить руки.

И. п. – стоим прямо, руки опущены. На вдох – повернуть туловище налево, на выдохе – вернуться в исходное положение, вдох – поворот направо, выдох – в исходное положение.

И. п. – стоим прямо, руки опущены. На вдохе – наклонить голову к левому плечу, на выдохе – вернуться в исходное положение, то же самое проделать с наклоном к правому плечу.

## **Голос**

Работа над силой и высотой голоса начинается с произнесения на длительном выдохе гласных и согласных звуков.

Поскольку такие игры-упражнения можно проводить, только рассчитывая на то, что малыш будет подражать взрослому, взрослому следует располагаться так, чтобы его лицо находилось на одном уровне с лицом ребенка и тот хорошо видел его.

В работу по развитию дыхания включается речевой материал, произносимый на выдохе. Например, предложите ребенку подняться на носки, руки потянуть вверх – вдох, опускаясь на полную ступню и ставя руки на пояс длительно, под счет, тя-

нуть сначала один-два гласных звука, затем три-четыре, а через некоторое время и гласные в сочетании с согласными, далее на выдохе произносить слова, фразы, предложения.

Возьмите мягкие игрушки, напишите на бумажках карточки (ди-ди, до-до, ду-ду, да-да) и прикрепите к игрушкам. На выдохе проговаривайте эти слоги (начните с двух, постепенно прибавляя количество слогов). Так можете отрабатывать различные слоги.

Чередуйте краткое и длительное произнесение слогов. Например, руки согнуты на уровне груди, пальцы сжаты в кулаки. Сделать три резких удара кулачком о кулачок, произнести кратко: па по пу. Руки положить на область диафрагмы, сделать вдох носом, сказать на выдохе слитно и длительно: па \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ пу.

Повторить упражнение с другими слогами: *пэ, пи.*

Выполнять упражнения с усложнением: на выдохе поговаривать два слога: *папа* \_\_\_\_\_ *попо* \_\_\_\_\_ *пупу* \_\_\_\_\_ *пипи*.

Работа над высотой голоса начинается с различения отчетливо различающихся высоких и низких звуков. Например, мама-птица сидит на нижней веточке и поёт низким голосом «чик-чирик», а птенчики сидят высоко и поют высоким голосом «чик-чирик». Чтобы ребенок лучше смог понять и запомнить предлагаемые условия игры, чтобы ему легче было представить и запомнить образ мамы-птицы и маленьких птенчиков, найдите или нарисуйте подходящую картинку. Рассмотрите ее с ребенком, проиллюстрируйте эту картинку голосом соответствующей высоты, предложите то же самое сделать малышу, пусть он вслед за вами попробует спеть по-птичьи высоко и низко.

Другой вариант – медведь и зайчик. Возьмите игрушки: мишку и зайчика. Мишка идёт: «Э-э-э» (*пойте низким голосом*), зайчик скачет: «Э-э-э» (*высоким голосом*). Сопровождайте своё пение жестами. Показывайте рукой высоко – низко. Не забывайте приглашать ребенка сделать все это вместе с вами. Обязательно хвалите его за попытки повторить за вами звуки.

### «Бубенчики»

Бубенчики звенят,  
Приветствуют ребят.  
Звучит со всех сторон:  
День (*высоко пропевайте*), дон (*низко*).

### «Эхо»

Дети сидят на стульчиках, взрослый – перед ними на полу. Взрослый проговаривает слова, складывая свои руки «рупором» у своего рта:

«Мы кричим в лесу: “А (*высоким голосом*) – у” (*низким голосом*)». Затем детям предлагается вместе со взрослым прокричать А\_\_\_\_у, меняя высоту голоса.

Используя это же упражнение-игру, можно работать и над силой голоса, то есть ввести громкое и тихое звучание.

Мы кричим в лесу: «А (*высоким громким голосом*) – у (*низким громким голосом*)».

Лес в ответ: «А (*высоким тихим голосом*) – у (*низким тихим голосом*)».

### «Тихо – громко»

Дети сидят на стульчиках или стоят перед взрослым. Им предлагают согнуть руки в локтях, а затем, слегка ударяя друг о друга кулачками на уровне талии, сказать тихо: *па*\_\_\_\_, после этого поднять руки и сильно встряхнуть ими, сказав громко: *ПА*\_\_\_\_\_.

### «Медведица»

*Оборудование*: большой и маленький медвежата.

Дети сидят на стульчиках, взрослый сидит перед ними на полу. Проговаривая стихотворение, взрослый сжимает кулаки и попеременно опускает то свой левый кулак на свое левое колено, то правый кулак на правое колено. Проговаривая «э-э-э», взрослый подчеркнуто артикулирует: его рот широко открыт.

К нам медведица пришла,  
Громко песню завела: «Э-э-э» (*громко*).  
Крошка мишка прибежал,  
Маме тихо подпевал: «Э-э-э» (*тихо*).

Рассказав этот стишок с соответствующими движениями, взрослый просит детей вместе с ним сказать, как поёт песенку медведица, а как – крошка мишка.

### «Громко – тихо говори»

*Оборудование*: мяч среднего размера.

Встаньте лицом к лицу с ребенком. Передайте мяч ребенку, называя своё имя громко, ребенок отдаёт вам мяч, называя своё имя тихо. Затем поменяйте роли: вы отдаете мяч и тихо произносите свое имя, а ребенок – громко. Если ребенок пока еще не может произнести своё имя, вполне можно имитировать голоса животных, произнося их громко и тихо: «Мяу, му-у-у, ав-ав, га-га», – и т.д.

## Мышечный тонус

В работе по формированию способности регулировать мышечный тонус мы рекомендуем использовать как *общеразвивающие*, так и *коррекционные* упражнения.

*Общеразвивающие* упражнения всесторонне воздействуют на организм и развивают мышцы спины, живота, плечевого пояса, рук, ног. Их можно выполнять как с предметами, так и без них. Особое внимание следует уделять упражнениям с мячами. Используйте мячи разных размеров: большие (отталкивать ногами), средние (перекатывать), маленькие (подбрасывать, передавать, переносить).

В этих упражнениях чередуется напряжение и расслабление мышц, а также вырабатывается правильное мышечное взаимодействие.

*Коррекционные* упражнения помогают сформировать правильную осанку и тренируют чувство равновесия. Чувство равновесия развивается при ходьбе по ограниченной поверхности, при остановках во время ходьбы и бега, а также при перешагивании через кубики, палки, верёвки. Вы можете подобрать упражнения таким образом, чтобы ребенок, выполняя их, усваивал понятия «сильно», «слабо», «громко», «тихо».

### **«Перекрестные движения с предметом»**

*Оборудование:* колокольчики.

Встаньте лицом к лицу с ребенком. Сначала попробуйте разучить это упражнение без колокольчика, а потом повторите его с колокольчиком. Суть его в том, чтобы ребенок с разной силой и амплитудой попеременно то разводил руки, то скрещивал их перед собой или над собой.

Можно усложнить задачу, чередуя тихое и громкое звучание колокольчика при движениях руками: при тихом звучании разводите руки в стороны и плавно выполняйте перекрестные движения руками перед собой на уровне груди. На громкое звучание делайте более сильные взмахи руками через стороны над собой.

Вместо колокольчиков можно использовать ленты, цветы, флажки и другие подходящие предметы, которыми интересно взмахивать. Постепенно упражнение может усложняться и дальше: на следующем этапе предложите ребенку выполнять те же движения с предметом, но в процессе ходьбы, прыжков, бега.

### **«Весёлая ленточка»**

*Оборудование:* барабан, лента.

Слушая громкое звучание бубна, ребенок ходит по комнате, размахивая лентой вперед-назад, а когда взрослый ударяет по бубну тихо, останавливается, прячет ленту за спину. Различное звучание можно обозначить и шагами: при громком звучании ребенок ходит как обычно, при тихом – на носочках.

### **«Хлопки по коленочкам»**

*Оборудование:* бубен.

Сядьте на стульчики друг против друга. У взрослого в руках бубен. Когда взрослый громко ударяет в бубен, ребенок хлопает ладошками по коленкам, а когда бубен звучит тихо – делает лёгкие хлопки перед собой.

### **«Иди – сиди»**

*Оборудование:* барабан.

Слыша громкое звучание барабана, ребенок ходит по комнате, а когда взрослый ударяет по барабану тихо, ребенок садится на стульчик.

### **«Птица»**

Вслед за взрослым ребенок изображает летящую птицу: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, руки подняты в стороны. Руки имитируют взмахи крыльев, ноги пружинят в такт рукам-крыльям. Затем «птица» опускает руки-«крылья» и «вертит хвостиком», то есть покачивает бедрами из стороны в сторону.

### **«Мы похлопаем в ладошки»**

Ребенок и взрослый хлопают в ладоши, затем ударяют руками по ладоням партнера. Можно усложнить игру, перекрещивая руки, когда партнеры ударяют по ладоням друг друга.

### **«Кулак – ладонь»**

Руки ребенка должны быть всё время повернуты ладонями друг к другу; хлопок в ладоши – удар кулака о ладонь, хлопок – удар другим кулаком о вторую ладонь.



### **«Мяч вокруг себя»**

*Оборудование:* маленькие мячи, которые можно держать одной рукой.

Встаньте напротив ребенка. Взрослый и ребенок держат мячи в одной руке. Перекладываем маленький мяч спереди из правой руки в левую, а сзади – из левой руки в правую. Делаем такие круговые движения вокруг шеи, пояса, ног. Затем меняем направление. Эту игру хорошо сопровождать какой-нибудь подходящей песенкой. Ребенок действует по подражанию.

### **«Бабочки»**

Эту игру-упражнение можно выполнять под музыку или под счёт.

На счет «раз, два, три, четыре» изображаем бабочку движениями рук: описываем полукруг руками снизу вверх, соединяя руки над головой тыльной стороной ладони. Потом на «раз, два, три, четыре» вытягиваем руки вперёд ладонями вверх – это бабочка показывает свои усики. Затем вращаем кистями рук перед собой (3-5 секунд), в заключение опускаем руки вниз и встряхиваем их.

### **«Цапля»**

Это более сложная игра, она отличается от той, что мы приводили выше. Предложите ребенку встать на левую ногу, а правой, удерживая ее на весу, покачивать вперед-назад. Опустите правую ногу на пол, повторите то же самое с левой. Если ребенку трудно, можно слегка придерживать его под мышками, но при этом необходимо расположиться так, чтобы он не повисал на ваших руках. Ваша задача – только помочь ему сохранить равновесие.

### **«Канатоходец»**

Ребенку предлагается вместе со взрослым потоптаться на канате, который лежит на полу. Стопы ребенка должны располагаться поперек каната.

### «Пружинки»

Ребенок и взрослый стоят друг напротив друга. Руки на поясе, пятки вместе, носки врозь. На счет «раз» ребенок, сгибая колени, выполняет небольшое полуприседание, на счет «два» – колени выпрямляются. (*Упражнение можно выполнять под музыку или под счёт.*)

### «Лёгкие и тяжёлые руки»

И.п.: стоя, руки спрятаны за спину. На «раз, два» плавно поднять руки вперёд до уровня плеч, на «три, четыре» спрятать руки за спину. На «пять, шесть, семь, восемь» сильно покачивать руками вперёд, назад.

### «Ветерок и ветер»

«Ветерок слабо колыхает ветки деревьев» –  
*ребенок водит перед собой прямыми руками вправо-влево, постепенно поднимая их вперёд и вверх.*

«Ветер подул сильнее» –  
*ребенок сильно бросает руки то вправо, то влево.*

«Ветер успокоился» –  
*плавно опускает руки вниз.*

### «Весёлые ножки»

Сядьте на стулья, упритесь руками в бёдра, локти разведите в стороны. Выставляйте правую ногу на пятку, сильно согнув её в подъёме (носок смотрит вверх), затем выпрямите подъём, затем снова согните и уберите ногу под стул. То же самое выполните другой ногой. После этого попросите ребенка сделать упражнение вместе с вами.

## Счётные игры-упражнения

Счетные игры-упражнения позволяют задавать определенный темп и ритм выполнения движений, а также используются как сигнал для выполнения очередного движения.

### «Пятки»

Взрослый вместе с ребенком марширует по комнате, проговаривая слова:

Раз, два, раз, два,  
Замелькали пятки,  
Как чудесно босиком  
Бегать на зарядке.  
Раз, два, раз, два,  
Бегать на зарядке.

### «Мячик»

*Оборудование:* мяч среднего размера.

Демонстрируя игру, взрослый, держа мяч в руках, произносит:

Друг весёлый мячик мой!  
Всюду, всюду ты со мной.  
Раз, два, три, четыре, пять  
*(поднимает и опускает мяч),*  
Хорошо с тобой играть!

Затем ребенку предлагается сделать то же самое сначала вместе со взрослым, потом подражая ему. Если действия с мячом производятся совместно, то взрослый располагается позади ребенка. В этом случае лучше встать перед большим зеркалом. Далее ребенок и взрослый могут стоять лицом друг напротив друга.

### «Научились мы считать»

*Оборудование:* погремушки.

Взрослый и ребенок сидят друг напротив друга, а затем стоят. В руках у них погремушки. Руки с погремушками надо держать перед грудью.

Раз, два, три, четыре, пять,  
Научились мы считать.  
*(Потраивать погремушками в такт счёту.)*

Раз, два, три, четыре, пять,  
В прятки будем мы играть.  
*(Руки с погремушками надо поднять).*

Раз, два, три, четыре, пять,  
Кто из нас пойдёт искать?  
*(Погремушки спрятать за спину).*

## **РИТМ**

Игровые упражнения этого раздела направлены на развитие чувства ритма в движении. В домашних условиях можно подобрать музыкальные произведения разного темпа: быстрого, среднего, медленного. Объясните ребенку, что под быструю музыку он должен бегать, а под медленную – отдыхать (медленно ходить по комнате, посидеть на корточках). Подберите музыкальные записи разного жанра: колыбельную, маршевую, танцевальную. Познакомьте ребенка с понятиями: маршевая музыка, колыбельная, плясовая.

Дети прежде всего усваивают, что такое быстрый темп, затем – средний и значительно позже начинают понимать, что такое медленный темп.

Развитие чувства ритма имеет большое значение для развития речи. Маленький ребенок, начиная говорить, сначала усваивает ритмический контур слова, понимая его смысл, но не умеет правильно его произнести.

Научите своего малыша хлопать в ладоши, ударять в бубен, встряхивать погремушку в такт звучащей музыке, простукивать ритм песенки по столу, чётко маршировать под музыку.

Малышам очень нравятся ритмические пляски и игры.

### **«Повтори за мной»**

*Оборудование:* бубен.

Взрослый ударяет по бубну: «Тетя (или мама) – «бум!»

Предлагает малышу: «Вова – бум!»

Ребенок должен точно повторить количество ударов за взрослым. Если ребенок не понимает, что от него хотят, помо-

гите ему, ударив его рукой по бубну. Начинайте с одного удара по бубну, постепенно увеличивая их количество.

Меняйте ритмический рисунок: (// / ; / // ; / / /)

### «Греем ручки»

Читая стихотворение, хлопайте в ладоши в заданном ритме:

Я похлопаю в ладошки,

Ты послушай-ка немножко.

*(Взрослый хлопает в ладоши, ребенок слушает.)*

А потом ты поспеши

И хлопки все повтори.

*(Ребенок повторяет хлопки в заданном ритме.)*

### «Хлопок – пауза»

Изготовьте из плотной бумаги карточки, иллюстрирующие ритмы. Пусть хлопок обозначается на карточке как [ · ], а пауза – [ — ].

Например: [ · — ·· ] – хлопок – пауза – два хлопка.

Или [ ·· — ·· ] – два хлопка – пауза – два хлопка, или [ · — · — · ] – хлопок – пауза – хлопок – пауза – хлопок.

Давайте ребенку то одну, то другую карточку. Объясните ему, что должно происходить: сначала вы хлопаете в определенном ритме вместе с ребенком, потом вы хлопаете, а ребенок, проводя пальцем по карточке, следит за хлопками, а затем просите его прохлопать по карточке ритмический рисунок.

### «Мишка с куклой»

Возьмите игрушки: мишку, куклу. Предложите малышу: «Посмотри, как мишка умеет топтать ногой!» Потопайте мишкой ногой. «А кукла умеет хлопать в ладоши!» – похлопайте кукольными ручками в ладоши. Просите ребенка повторить те же действия с игрушками самостоятельно. Далее, договоритесь с ребенком, кто из вас будет мишка, а кто кукла, как мишка будет топтать ногой, а кукла – хлопать в ладоши. Затем встаньте

друг напротив друга, возьмите ребенка за руки, вытяните их в стороны (положение рук – «лодочка»). Пойте песенку:

Мишка с куклой бойко топают,

Бойко топают: посмотри!

*(Три раза топните ногой на слово «посмотри».)*

И в ладоши звонко хлопают,

Звонко хлопают: раз, два, три!

*(Три раза хлопните в ладоши на слова  
«раз, два, три».)*

Мишке весело, мишке весело,

Вертит мишенька головой.

Кукле весело, тоже весело,

Ой, как весело, ой, ой, ой!

## Пение

Пение – увлекательный, но вовсе не простой процесс. Дома вы можете петь с малышом различные песни, но не забывайте, что у ребенка певческий диапазон пока удерживается в пределах двух-пяти звуков, поэтому, выбирая песенки, необходимо учитывать возможности малыша. Не стоит пока предлагать ему сложных песен, где одно слово распевается на несколько нот, да и текст лучше выбрать очень простой и понятный. Способность ребенка петь формируется постепенно. Он слушает родные голоса, когда родители поют ему колыбельные песни, порой просто напевают, когда у них бодрое настроение, мамы довольно часто приговаривают и припевают, когда одевают или раздевают ребенка, кормят его или играют с ним. И это замечательно! Продолжайте «демонстрировать» малышу пение, то есть просто привлекайте его внимание и пойте какие-нибудь детские песенки. Приглашайте его петь вместе с вами. Если вы замечаете хотя бы малую попытку подтянуть вам, поддержите ее, похвалите малыша, предложите сделать это в следующий

раз! Пропевайте несколько слов из песни, потом предлагайте ребенку спеть ее снова вместе с вами. Если ему это пока не удастся, придумайте соответствующие песенке простые жесты или подходящие движения и, когда вы поёте, показывайте их ребенку, чтобы он мог, подражая вам, тоже активно включиться в процесс пения. Стоит приглядывать за правильной позой ребенка во время пения: лучше всего, чтобы малыш сидел или стоял, не поднимал плечи, а его руки лучше всего либо положить на колени (в положении сидя), либо свободно опустить вдоль туловища (в позе стоя). На первых порах лучше выбирать песни с короткими предложениями и петь их довольно медленно, например:

Машина, машина,  
Ты нас покатай,  
Машина, машина,  
Быстрее приезжай!  
Би-би-би!

Если ребенок пока не говорит, то можно эту песню сопроводить жестом, имитирующим повороты воображаемого руля. Конечно, после первых ваших попыток совместного пения будет большой удачей, если малыш вместе с вами повторит, например, гудок машины и произнесет хотя бы «би» или «би-би!» А может быть, через несколько повторов он произнесет что-то вроде «машина» или хотя бы «на» или «ма» – и это замечательно! Кстати, жест он, скорее всего, запомнит быстро и, повторяя эту песенку, будет пока «подпевать» вам жестами.

Перед тем, как начать разучивать песню с ребенком, поговорите о её содержании, о том, как она поётся (например, ласково или весело). Затем выразительно исполните малышу песню. Помните, что ребенку предлагается подражать вашему пению, поэтому очень важно заинтересовать его своим эмоциональным и выразительным исполнением. Сопроводите пение простыми и точными жестами, иллюстрирующими слова. Возможно, пару раз вам потребуется физически помочь малышу

воспроизвести жесты во время вашего пения. Как правило, наши ребята некоторое время внимательно наблюдают за пением с жестами, а потом сами пытаются воспроизводить их, узнавая песенку.

Мы предлагаем вам тексты самых простых песенок, которые используем на занятиях в Даунсайд Ап, и надеемся, что вы сами сможете подобрать мотив к этим детским стихам. Среди книг, перечисленных в списке литературы, есть сборники с нотными приложениями, а кроме того, вы вполне можете зайти в ближайший детский сад и попросить у музыкального работника ноты и слова песенок либо купить диски с детскими песенками, которые подойдут вашему малышу для разучивания.

### «Ладушки»

1. Ладушки, ладошки.  
Звонкие хлопошки  
Хлопали в ладошки,  
Хлопали немножко.  
Да!

*(Пропевая этот куплет, хлопаем в ладоши, а на слово «Да» хлопаем себя по коленкам.)*

2. Кашу варили,  
Ложечкой мешали,  
Куколку кормили,  
Кошечке давали.

*(Имитируем руками помешивание каши в кастрюле.)*

3. Кулачки сложили,  
Кулачками били:  
Да!

*(На слово «Да» хлопаем ладонями по коленям.)*

- Тук, тук, тука – тук,  
Тук, тук, тука – тук,  
Да!

*(Сжимаем кулаки и стучим ими друг об друга, на слово «Да» хлопаем по коленкам.)*



4. Ладушки плясали,  
Деток забавляли,  
Ля-ля-ля-ля, ля-ля-ля-ля,  
Ля-ля-ля-ля, ля-ля-ля-ля.  
Да!

*(В такт песенке поворачиваем поднятые вверх кисти то ладонями к себе, то от себя: «руки пляшут», на слово «Да» хлопаем по коленкам.)*

5. Ладушки устали,  
Ладушки поспали,  
Баю-баю, баюшки.  
Баю-баю, ладушки.  
Да!

*(Складываем ладошки вместе, качаем их, как будто держим на ручках куклу или убираем ладошки под щёчку – «руки ложатся спать», на слово «Да» тихо хлопаем по коленкам.)*

### **«Мы в ладоши ударяем»**

*(мелодия русской народной песни «Во поле берёза стояла»)*

1. Мы в ладоши тихо ударяем.  
Мы в ладоши тихо ударяем.  
Вот как, вот как ударяем.  
Вот как, вот как ударяем.  
*(Поём и громко хлопаем в ладоши в такт песенке.)*
2. Мы в ладоши громко ударяем!  
Мы в ладоши громко ударяем!  
Вот как, вот как ударяем!  
Вот как, вот как ударяем!  
*(Поём и громко хлопаем в ладоши в такт песенке.)*

### **«Лошадка»**

*(слова Н. Френкель, музыка Е. Тиличевой)*

Возьмите игрушку-лошадку и под песенку показывайте ребенку, как она скачет.

Посмотрите на лошадку,  
Посмотрите на лошадку.  
Вот бежит она, да, да!  
Эй, лошадка, ты куда?  
Скачет к Вовочке лошадка,  
Скачет к Вовочке лошадка:  
Цок, цок, цок, цок!  
Здравствуй, Вовочка дружок!  
*(На эти слова пусть игрушка-лошадка здороваётся  
с ребенком. Имя в песне можно заменить на имя  
Вашего ребенка.)*

### «Прилетайте, птички»

Прилетайте, птички, к нам, к нам, к нам  
*(взмахиваем руками, как крыльями).*  
Зёрнышек я птичкам дам, дам, дам  
*(перетираем щепотями, как будто насыпаем  
зёрнышки).*  
Клювиками птички – клю, клю, клю  
*(указательным пальцем правой руки «клюём»  
зёрнышки с левой ладошки).*  
Я смотрю на птичек и пою:  
Ля-ля-ля-ля, ля-ля.  
Ля-ля-ля-ля, ля-ля *(«руки пляшут»).*

### «Корова»

*(слова О. Высотской, музыка М. Раухвергера)*

1. Ходит, бродит по лужку  
Рыжая корова.  
Даст она нам к вечерку  
Молочка парного.
2. Саше и Танюшке,  
Будет всем по кружке.  
Всем попить достанется.  
И коту останется.

### **«Белые гуси»**

*(слова М. Клоковой, музыка М. Красева)*

Белые гуси к ручейку идут.  
Белые гуси гусятки ведут.  
Белые гуси вышли на луга.  
Крикнули гуси: «Га, га, га!»

### **«Цыплята»**

*(слова Т. Волгиной, музыка А. Филиппенко)*

1. Вышла курочка гулять,  
Свежей травки пощипать.  
А за ней ребятки,  
Жёлтые цыплятки.
2. Ко-ко-ко-ко-ко-ко-ко.  
Не ходите далеко.  
Лапками гребите,  
Зёрнышки ищите.
3. Съели толстого жука.  
Дождевого червяка.  
Выпили водицы,  
Полное корытце.

### **«Кошка»**

*(слова Н. Френкель, музыка Ан. Александрова)*

1. Киска к деткам подошла  
Молочка просила,  
Молочка просила,  
Тихо говорила:  
Мяу, мяу, мяу...
2. Угостили молочком,  
Кисонька поела,  
Кисонька поела,  
Песенку запела:  
Мурр, мурр, мурр.

### «Птичка»

(слова Н. Найденовой, музыка Т. Попатенко)

1. Маленькая птичка  
Прилетела к нам.  
Маленькой птичке  
Зёрнышек я дам.
2. Маленькая птичка  
Зёрнышки клюёт.  
Маленькая птичка  
Песенки поёт.

### «Зима»

(слова Н. Френкель, музыка В. Карасевой)

1. Вот зима, кругом бело,  
Много снега намело.  
Утром Ваня санки взял.  
По дорожке побежал.
2. А в саду у нас гора,  
Все катаются с утра.  
Крикнул Ваня: «Берегись!»  
Покатился с горки вниз.

## **Речевые упражнения без музыкального сопровождения**

Мы уже упоминали о том, что, чем лучше двигательная активность ребенка, тем интенсивней развивается речь. Ритм речи, особенно ритм стихов, поговорок, способствует развитию координации, общей и мелкой произвольной моторики. С помощью стихотворной ритмической речи вырабатываются правильный темп речи, ритм дыхания, развивается речевой слух, речевая память. Стихотворная форма всегда привлекает детей своей живостью, эмоциональностью, поэтому дети с удовольствием выполняют движения под зарифмованные строки.

Начиная занятия с малышом, сначала выберите самые простые стихи. Не ставьте перед малышом слишком сложных задач. Прочитайте стихи несколько раз, сопровождая их соответствующими движениями. Сначала ребенок научится повторять за вами все движения. В первое время, если требуется помощь, Вы можете смело оказать ее, физически показывая ребенку, как совершить то или иное движение, но потом обязательно повторяйте стишок, просто побуждая его подражать вашим движениям. Не стоит ждать, что малыш сразу выполнит последовательность движений, да вдобавок еще и произнесет текст. Разучивание стихотворений, даже самых простых, порой представляет для детей с синдромом Дауна довольно сложную задачу, так что следует запастись терпением. Рано или поздно ребенок сам начнет выполнять движения, а потом попытается произнести вместе с Вами слова. Помните, что любую попытку ребенка принять участие в такой декламации, сопровождаемой движениями, обязательно надо поощрять. Уже при самых первых намеках на его участие обязательно подчеркнуто радуйтесь, поддерживайте любые усилия малыша восторженным одобрением.

Чтобы подражать движениям людей или животных, ребенок должен сначала увидеть их в реальной жизни или по телевизору. Ему нужно получить четкое представление о свойствах предмета или явления, обозначаемого тем или иным словом. Только в этом случае можно говорить о точном понимании значения слова и его полном усвоении, а это – одно из необходимых условий овладения произношением слова.

Попробуйте поиграть с Вашим ребенком в следующие стихотворные игры.

**«Эй, лошадка!»**

Эй, лошадка! – И-го-го!

Но, лошадка! – Но-но!

*(Движения руками, имитирующие  
натягивание поводьев.)*

Скок, лошадка! – Скок, скок! *(Переборы одной ногой.)*

Цок, лошадка! – Цок, цок! *(Переборы другой ногой.)*

Выше ножки! – Топ, топ!

*(Переступание с ноги на ногу.)*

Веселее! – Гоп, гоп!

*(Прыжки на двух ногах или подскоки с одной ноги на другую.)*

Колокольчик – дон, дон!

*(Движения рукой, будто звенят в колокольчик.)*

Громче, громче – звон, звон! *(«Звеним» другой рукой.)*

Гоп, лошадка! – Гоп, гоп!

*(Прыжки на двух ногах или подскоки с одной ноги на другую.)*

Тпру-у, лошадка! – Стоп, стоп!

*(Натягиваем воображаемые поводья.)*

### **«Обезьянки»**

Движения выполняются соответственно тексту.

Рано утром на полянке

Так резвятся обезьянки:

Левой ножкой: топ, топ!

Правой ножкой: топ, топ!

Руки вверх, вверх, вверх!

Кто поднимет выше всех?

Руки вниз – и наклонились.

На пол руки положили.

А теперь на четвереньках

Погуляем хорошенько.

А потом мы отдохнём,

Посидим и спать пойдём!

### **«Карусели»**

Мы на карусели сели.

Завертелись карусели

*(берем за руки, идем по кругу).*

Пересели на качели,

Вверх летели,

Вниз летели

*(взрослый стоит, ребенок приседает,  
потом наоборот).*

А теперь с тобой вдвоём

Мы на лодочке плывём.

Ветер по морю гуляет,

Ветер лодочку качает

*(взявшись за руки, качаемся вправо-влево,  
вперёд-назад).*

Вёсла в руки мы берём,

Быстро к берегу гребём

*(изображаем, как гребут вёслами).*

К берегу пристала лодка,

Мы на берег прыгнем ловко

*(сначала приседаем, потом прыгаем вперёд).*

И поскачем по лужайке,

Будто зайки, будто зайки

*(прыжки на двух ногах).*

### «Медведь»

Медведь по лесу бродит,

От дуба к дубу ходит *(ходим перевалочку).*

Находит в дуплах мёд

И в рот себе кладёт

*(изображаем, как он достаёт и ест мёд).*

Облизывает лапу

Сластёна косолапый,

А пчёлы налетают,

Медведя погоняют

*(изображаем, как мишка отмахивается от пчёл).*

А пчёлы жалят мишку:

Не ешь наш мёд, воришка!

*(щиплем себя за нос, щёки, ладошки, изображая  
жалящих пчёл).*

Бредёт лесной дорогой

Медведь к себе в берлогу *(идём перевалочку).*

Ложится, засыпает  
И пчёлка вспоминает *(ложимся на пол)*.

### «Часики»

Тики – так, тики – так.  
Вот так часики стучат  
*(наклоняем голову вправо – влево)*.  
Туки – так, туки – так,  
Так колёса стучат  
*(правой и левой рукой описываем перед собой круги)*.  
Токи – ток, токи – ток.  
Так стучит молоток  
*(стучим кулачками друг о друга)*.  
Туки – ток, туки – ток.  
Так стучит каблучок  
*(стучим каблучками)*.

### «Хлоп, ладошка»

Вот у нас игра какая:  
Хлоп ладошка, хлопок другая  
*(чередуете хлопки в ладоши с хлопками  
в ладоши навстречу друг другу)*.  
Правой правую ладошку  
Мы похлопаем немножко  
*(взрослый правой ладонью хлопает  
по правой ладошке ребенка)*.  
А потом ладошкой левой  
Ты хлопки погромче делай  
*(хлопаете левой ладошкой)*.  
А потом, потом, потом,  
Левой правую побьём  
*(хлопаете по ладоням друг друга)*.  
Вверх ладошки – хлопок, хлопок  
*(поднимаете руки и наверху хлопаете  
по ладоням друг друга)*,



По коленкам – шлёп, шлёп *(хлопаете по коленям)*,  
По плечам теперь похлопай *(хлопаете себя по плечам)*,  
По бокам себя пошлёпай *(хлопаете руками по бокам)*.  
Можем хлопнуть за спиной.  
А теперь перед собой *(хлопаете за спиной и перед собой)*.  
Вправо можем, влево можем  
*(хлопки возле правого уха, потом возле левого.)*  
И крест-накрест руки сложим  
*(перекрещиваете руки на плечах).*

### «Кошка»

Осторожно, словно кошка,  
От дивана до окошка  
На носочках я пройдусь,  
Лягу и в кольцо свернусь.  
А теперь пора проснуться,  
Распрямиться, потянуться.  
Я легко с дивана спрыгну,  
Спинку я дугою выгну.  
А теперь крадусь, как кошка,  
Спинку я прогну немножко.  
Я из блюдца молочко  
Полакаю язычком.

### «У оленя дом большой»

У оленя дом большой  
*(руки скрещены над головой, изображают рога оленя, далее руки над головой – крыша дома),*  
Он глядит в своё окно  
*(руки – по обе стороны лица, изображают окошко),*  
Зайка по лесу бежит  
*(прыжки на двух ногах, руки, как лапки, прижаты к груди),*  
В дверь к оленю он стучит  
*(одна ладонь разжата, другая – в кулачок и стучит по разжатой ладошке):*

«Тук, тук, дверь открой,  
Там в лесу охотник злой»  
*(показать рукой назад от себя).*

«Зайка, зайка, забегай  
*(манить к себе рукой),*  
Лапу мне скорей давай»  
*(протянуть руку вперёд).*

## **Игра на музыкальных инструментах**

Дети с удовольствием играют на детских игрушечных музыкальных инструментах. К звучащим музыкальным игрушкам относятся:

- ударные – бубны, треугольники, барабаны, тарелки, кастаньеты;
- духовые – флейты, саксофоны, кларнеты, триолы...;
- ударно-клавишные – игрушечные рояли, пианино, металлофон;
- струнные – балалайки, домры, скрипки, гитары...

На перечисленных ударных инструментах дети вполне могут пытаться повторять ритмы.

Можно предложить ребенку, аккомпанировать вам, когда вы будете петь простую песенку. Если малыш уже понял, что такое ритм, и умеет его отхлопывать ладошками, он, скорее всего, сможет воспроизвести его с помощью ударных инструментов: погремушки и бубна, барабана и металлофона. Использование ударно-клавишных и особенно струнных, конечно, сложнее, но и это получится после некоторой тренировки. Если в подобной игре участвует несколько детей или членов семьи, какой замечательный оркестр может получиться!

## **Пальчиковые игры**

### **«Кулачки – ладошки»**

*(Выполняется сидя за столом.)*

Повторяя с интервалом в 1–2 секунды «кулачки – ладошки», сжимаем, соответственно, кулачки (*пальцы повернуты вниз, кисти ложатся на стол*), а затем растопыриваем пальцы, переворачивая руки ладонями вверх, показываем ладошки (*тыльные стороны ладоней ложатся на стол*).

### **«Камушек, солнышко, забор»**

*(Выполняется сидя за столом.)*

Не спеша повторяя слова, меняем положение пальцев.

Камушек

*(пальцы сжаты в кулачки, кисти ложатся на стол ладонями вниз).*

Солнышко

*(пальцы распрямляются, растопыриваются, ладошки ложатся на стол).*

Забор

*(ставим ладони на ребро, выпрямленные пальцы сжаты вместе, ладошки располагаются друг напротив друга).*

### **«Кисточка»**

*(Выполняется сидя за столом.)*

Локти стоят на столе, пальцы развернуты от себя, подушечки пальцев сложены вместе, ладошки повернуты вниз. В такт стишку покачиваем запястьями вправо-влево.

Мягкой кисточкой покрашу  
Стульчик, стол и кошку Машу.

### **«Очки»**

*(Выполняется сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Что стряслось у тети Вали?

*(Вопросительный жест: «Что?» Покачиваем из стороны в сторону раскрытыми ладонками, развернутыми вверх.)*

У нее очки пропали!

*(Складываем из указательных и больших пальцев «колечки», изображая очки, и прикладываем их к глазам.)*

### **«Капустка»**

*(Выполняется сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Мы капустку режем, режем

*(в такт словам проводим одним указательным пальцем по другому),*

Мы морковку трем, трем

*(в такт словам проводим одной ладонкой по другой),*

Мы капустку солим, солим

*(имитируем движение, которое мы делаем, когда солим пищу щепотью),*

Мы капустку мнем, мнем

*(сжимаем и разжимаем пальцы, имитируя движение, которое мы используем при засолке капусты).*

### **«Большой палец»**

*(Выполняется сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Четыре пальца рук сжаты в кулак, большие пальцы подняты вверх и совершают круговые движения по и против часовой стрелки.

Покажи уменье другу,

Покружись-ка ты по кругу.

### «Пальчик-мальчик»

*(Выполняется сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Кисти сложены ладошка к ладошке, если ребенок сидит за столом, то локти опираются о стол. В такт стишке поочередно сводим и разводим каждую пару пальчиков, как бы похлопываем ими друг о друга.

Пальчик-мальчик,  
Где ты был? *(большие пальцы)*  
С этим братцем  
В лес ходил *(указательные).*  
С этим братцем  
Щи варил *(средние).*  
С этим братцем  
Кашу ел *(безымянные).*  
С этим братцем  
Песни пел *(мизинцы).*

Еще один вариант тех же движений пальцами:

Этот пальчик – дедушка,  
Этот пальчик – бабушка,  
Этот пальчик – папочка,  
Этот пальчик – мамочка,  
Этот пальчик – наш малыш!

### «Пальчики здороваются»

*(Выполняется сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Кончиками больших пальцев обеих рук поочередно касаемся указательных, средних, безымянных пальцев и мизинчиков. Кисти могут быть повернуты к себе и от себя. Лучше всего, если используются и тот и другой варианты.

Я здороваюсь везде  
Дома и на улице.  
Даже «здравствуй!» говорю  
Я соседской курице.

### «Комарик»

*(Выполняется сидя за столом.)*

Сжать руки в кулачки, указательные пальчики вытянуть вперед, большие пальцы и мизинцы опираются на стол. Произнося вторую строчку, «переступаем» по столу средними и указательными пальцами.

Не кусай, комарик злой,  
Я уже бегу домой.

### «Человечек»

*(Выполняется сидя за столом.)*

Указательные и средние пальцы в такт стишку «ходят» и «бегают» по столу.

Вот большие ноги идут по дороге,  
А маленькие ножки бегут по дорожке.

### «Пальчики гуляют»

*(Выполняется сидя за столом.)*

В первое время возможен упрощенный вариант, когда все пальцы одновременно распрямляются и затем сгибаются.

И. п.: пальцы сжаты в кулачки, руки лежат на столе ладонскими вниз.

Раз, два, три, четыре, пять  
*(последовательно выпрямляем пальцы,  
растопыривая их на поверхности стола),*

Вышли пальчики гулять  
*(приподнимаем и опускаем пальцы, как будто  
нажимаем на клавиши),*

Раз, два, три, четыре, пять,  
*(последовательно сгибаем пальцы, сжимая их в  
кулачок),*

В домик спрятались опять  
*(слегка пристукиваем по поверхности стола  
сжатыми кулачками).*

## «Дом»

(Сидя, стоя.)

На поляне дом стоит.

*(Пальцы складываются в жест «дом».)*

Только путь к нему закрыт.

*(Ладони на себя, пальцы соприкасаются друг с другом.)*

На дверях висит замок.

*(Сплетаем пальцы в «замок».)*

Кто его открыть бы смог?

*(Держим пальцы в замке.)*

Мы замочком постучали

*(не разжимая пальцев постукиваем по столу),*

Постучали, постучали...

Мы замочек покрутили

*(не разжимая пальцев, совершаем вращательные движения запястьями),*

Покрутили, покрутили...

Мы замочек потянули...

*(Тянем кисти в разные стороны, но не разнимаем рук.)*

Потянули... и... открыли!

*(Разнимаем руки.)*

## «Зайчик»

(Сидя за столом.)

Локти опираются на стол, указательные и средние пальцы выпрямляются вверх и разводятся в стороны, это заячьи ушки. В такт стишку предплечья и кисти поворачиваются на себя и от себя.

Зайка серый скачет ловко.

В лапке у него – морковка.

### «Колечко»

*(Сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Выйду на крылечко

*(большие и указательные пальцы образуют колечко),*

Вынесу колечко

*(остальные пальцы разводятся в стороны),*

Поиграй в колечко

*(предплечья и кисти поворачиваются на себя),*

Сидя на крылечке

*(и от себя, пальцы сохраняют прежнее положение).*

### «Оркестр»

*(Стоя.)*

Имитируем игру на музыкальных инструментах. Можно использовать дополнительно жесты, обозначающие слова «кот», «зайка», «мишка».

Кот играет на баяне – ля-ля-ля, ля-ля-ля,

Зайка наш – на барабане – бам-бам, бам-бам-бам!

Ну а мишка – на трубе – ду-ду-ду, ду-ду-ду,

Поиграть спешит тебе – ду-ду-ду, ду-ду-ду!

Как играет наш баян? – Ля-ля-ля, ля-ля-ля!

Как грохочет барабан? – Бам-бам, бам-бам-бам!

Как поет у нас труба? – Ду-ду-ду, ду-ду-ду!

### «Грабли»

*(Сидя за столом.)*

Листья падают в саду.

*(Кладем ладошки друг на друга на стол.)*

Я их граблями смету.

*(Четыре пальца изображают грабельки и «подметают» стол.)*



## «Красные цветки»

*(Сидя, стоя.)*

Исходное положение – ладони повернуты к себе, все пальцы собраны в щепоть.

Наши красные цветки  
Распускают лепестки  
*(пальцы медленно раскрываются в стороны).*

Ветерок чуть дышит,  
Лепестки колышет  
*(кисти с «распущенными цветами»  
покачиваются на себя – от себя).*

Наши красные цветки  
Закрывают лепестки  
*(пальцы медленно собираются в щепоть,  
принимая исходное положение).*

Головой качают,  
Тихо засыпают...  
*(кисти медленно поворачиваются от себя,  
и «цветы» медленно опускают головки вниз).*

## «Мы по полю шли»

*(Сидя за столом, сидя на стульчике, стоя.)*

Мы по полю шли  
*(имитируем ходьбу; в варианте стоя – переступаем  
ногами, в варианте сидя – «идем» пальцами)*

И два камушка нашли  
*(пристукиваем кулачком о кулачок).*

Угадай, где какой  
*(отведенными большими пальцами поочередно  
прикасаемся к кулачкам; ладошки смотрят вниз),*

И ладошки открой!  
*(разворачиваем кисти вверх и открываем ладошки)*

## **Заключение**

Основная трудность, с которой могут столкнуться родители – это нежелание ребенка заниматься. Рецепт здесь только один: **ИГРАЙТЕ!** Еще раз стоит подчеркнуть, что редкий малыш согласится сидеть на месте и выполнять упражнения или впитывать новые знания. И это – естественно! Именно поэтому все задания, которые мы предлагаем в этой книге, называются игра-упражнение или игровое упражнение. Возможно, в первое время вам удастся проводить только одну игру, которая займет минут пять. Не опускайте рук, постарайтесь заниматься регулярно, а новые игры вводить постепенно, понемногу. Обращайте внимание на то, сколько времени ваш малыш сохраняет внимание на том, что ему предлагают делать, не переутомляйте его! Обязательно поддерживайте любые попытки малыша откликнуться на ваше предложение и поучаствовать в играх! Не бойтесь экспериментировать. Вполне можно адаптировать материал для игры, если вы видите, что ребенку что-то пока не удастся разбить какое-то задание на отдельные части, а потом соединить их вместе. Главное, чтобы и вам, и вашему ребенку было интересно. Кто знает, возможно, вы внесете свой творческий вклад в будущие занятия логоритмикой с детьми с синдромом Дауна!

Мы искренне желаем вам успеха!

## **Литература**

- Бутакова Л. Г.* Занятия ритмикой и логопедической ритмикой в детском саду и вспомогательной школе. – М., 1994.
- Буденная Т. В.* Логопедическая гимнастика. – СПб.: Изд-во «Детство-пресс», 1999.
- Волкова Г. А.* Логопедическая ритмика: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.
- Жукова Н. С., Мастюкова Е. М., Филочева Т. Б.* Логопедия. – Екатеринбург, 1998.
- Конторович М. М., Михайлова Л. И.* Подвижные игры в детском саду. – М., 1961.
- Краузе Е.* Логопедия. Учитель и ученик. – СПб.: Корона-принт, 2002.
- Кузнецова Е. В.* Логопедическая ритмика в играх и упражнениях для детей с тяжелыми нарушениями речи. – М.: Изд-во ГНОМ и Д., 2002.
- Лопухина И. С.* Ритм, речь, движение. – СПб.: Дельта, 1997.
- Методика музыкального воспитания в детском саду / под ред. Н. А. Ветлугиной. – М., 1976.
- Музыка и движение / сост. С. И. Бекина и др. – М.: Просвещение, 1981.
- Цвынтарный В. В.* Играем пальчиками и развиваем речь. – Н.-Новгород: Изд-во «Флокса», 1995.

## **Содержание**

<b>Что такое логопедическая ритмика</b> .....	3
Немного о методах обучения на занятиях логоритмикой .....	7
Двигательная сфера .....	10
Тренировка артикуляционного аппарата .....	11
Развитие внимания и памяти .....	11
Развитие слуховых функций .....	12
Развитие речи .....	13
Структура и содержание логоритмических занятий для детей с синдромом Дауна .....	13
<b>Практический материал для занятий по логопедической ритмике</b> .....	16
Ходьба .....	16
Слуховое и речевое восприятие .....	21
Игры, направленные на формирование слухового внимания .....	22
Активизация подражания .....	31
Дыхание .....	38
Голос .....	42
Мышечный тонус .....	45
Счётные игры-упражнения .....	49
Ритм .....	51
Пение .....	53
Речевые упражнения без музыкального сопровождения .....	59
Игра на музыкальных инструментах .....	65
Пальчиковые игры .....	66
Заключение .....	73
Литература .....	74

## **Дорогой читатель!**



Мы очень рады, что Вам интересны наши книги.

Всю научно-методическую литературу фонд «Даунсайд Ап» распространяет БЕСПЛАТНО. Но мы всегда благодарны за пожертвования, которые дают нам возможность продолжать работу по изданию книг и обеспечению семей, воспитывающих малышей с синдромом Дауна, необходимой литературой.

Вы можете сделать пожертвование через наш сайт  
<http://www.downsideup.org/payonline.php>

или заполнить помещенную на следующей странице квитанцию, которую примет любое отделение Сбербанка.

**Даже маленькая сумма принесет большую пользу!**

<p>ИЗВЕЩЕНИЕ</p>	 <p><b>НО Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»</b>  ИНН 7705159882  р/с 40703810038040100912  Московский банк Сбербанка России ОАО, г.Москва  БИК 044525225  к/с 30101810400000000225  Сбербанк России г. Москва</p> <p>ФИО плательщика</p> <p>Адрес, индекс № телефона</p> <table border="1" data-bbox="416 386 476 1161"> <tr> <td>Назначение платежа: <b>благотворительное пожертвование</b></td> <td>Сумма платежа</td> </tr> </table> <p>Подпись плательщика</p>	Назначение платежа: <b>благотворительное пожертвование</b>	Сумма платежа	<p>Выдержка из письма Сбербанка РФ № 047930 от 04 декабря 2002 г.</p> <p>Принимая во внимание значимость работы, проводимой Вашей организацией, Сбербанком России доведены до филиалов банка указания о приеме и перечислении благотворительной помощи на счёт Некоммерческой организации Благотворительный Фонд «Даунсайд Ап» №40703810038040100912, открытой в Тверском отделении №7982 Сбербанка России г. Москва, <b>без взимания комиссионного вознаграждения.</b></p> <p>С уважением, Г. Г. Меликьян Заместитель председателя правления</p>
Назначение платежа: <b>благотворительное пожертвование</b>	Сумма платежа			
<p>КВИТАНЦИЯ</p>	 <p><b>НО Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»</b>  ИНН 7705159882  р/с 40703810038040100912  Московский банк Сбербанка России ОАО, г.Москва  БИК 044525225  к/с 30101810400000000225  Сбербанк России г. Москва</p> <p>ФИО плательщика</p> <p>Адрес, индекс № телефона</p> <table border="1" data-bbox="880 386 941 1161"> <tr> <td>Назначение платежа: <b>благотворительное пожертвование</b></td> <td>Сумма платежа</td> </tr> </table> <p>Подпись плательщика</p>	Назначение платежа: <b>благотворительное пожертвование</b>	Сумма платежа	<p>Выдержка из письма Сбербанка РФ № 047930 от 04 декабря 2002 г.</p> <p>Принимая во внимание значимость работы, проводимой Вашей организацией, Сбербанком России доведены до филиалов банка указания о приеме и перечислении благотворительной помощи на счёт Некоммерческой организации Благотворительный Фонд «Даунсайд Ап» №40703810038040100912, открытой в Тверском отделении №7982 Сбербанка России г. Москва, <b>без взимания комиссионного вознаграждения.</b></p> <p>С уважением, Г. Г. Меликьян Заместитель председателя правления</p>
Назначение платежа: <b>благотворительное пожертвование</b>	Сумма платежа			







Серия «Ребенок с синдромом Дауна и особенности его развития»

**Музыкальные занятия и логоритмика для детей с синдромом Дауна.  
Книга для родителей**

Составитель: Людмила Викторовна Лобода

Редактор: Поле Е. В.

Корректор: Аتماшкина Г. В.

Верстка: Щербов М. Ю.

Дизайн обложки: Рохлин В. И.

Подписано в печать 10.11.2010. Формат 60х90/16  
2,5 печ. л. Тираж 3000 экз. Заказ № .....

Российская НО «Благотворительный фонд «Даунсайд Ап»  
Россия 105043, Москва, 3-я Парковая ул., д. 14-а

Отпечатано с файлов заказчика  
в типографии ООО «Полиграфическая компания СТАМПА-ВИВА»  
Россия 109052, Москва, ул. Смирновская, д.19