

Отдел образования и делам молодежи  
Пучежского муниципального района Ивановской области  
Муниципальное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского творчества г. Пучеж»

Принято на заседании  
Педагогического совета

№ 5 от 11.05.2021г.

Утверждено:  
Директор МУ ДО «ЦДТ г. Пучеж»  
 Н.Н. Лукичева  
приказ № 36 от 12.05.2021г.



## Общеразвивающая программа Логоритмика

(срок реализации программы 1 года, возраст детей 5-8 лет)

Составитель программы:  
педагог дополнительного образования  
Варакина Татьяна Андреевна

г. Пучеж  
2021г.



## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Логопедическая ритмика — одно из звеньев коррекционной педагогики. Прежде всего, это комплексная методика, включающая в себя средства логопедического, музыкально-ритмического и физического воспитания. Ее основой являются речь, музыка и движение.

Одной из универсальных базовых способностей человека является ритмическая способность. По словам известного педагога Э. Жака-Далькроза, «Пространство и время наполнены материей, подчиненной законам вечного ритма».

Все в нашем организме подчинено ритму – работает ли сердце, легкие или мозговая деятельность. Развитие ритма тесно связано с формированием пространственно-временных отношений. Двигательный ритм влияет на становление речевых механизмов. Чувство ритма помогает быстрее и легче усваивать стихотворения, понимать музыкальные произведения, поэтому необходимо проводить непосредственно образовательную деятельность по логоритмике.

Логоритмика полезна всем детям, но особенно, имеющим проблемы становления речевой функции, в том числе, алалия, задержки речевого развития, нарушения звукопроизношения, заикание, аутистические расстройства. Очень важна логопедическая ритмика для детей с так называемым речевым негативизмом, так как ВУД создаёт положительный эмоциональный настрой к речи, мотивацию к выполнению логопедических упражнений.

ВУД по логоритмике направлена на всестороннее развитие ребёнка, совершенствование его речи, овладение двигательными навыками, умение ориентироваться в окружающем мире, понимание смысла предлагаемых заданий, на способность преодолевать трудности, творчески проявлять себя. Кроме того, логоритмика с использованием здоровьесберегающих технологий оказывает благотворное влияние на здоровье ребенка: в его организме происходит перестройка различных систем, например, сердечно-сосудистой, дыхательной, речедвигательной. Дети с большим удовольствием выполняют дыхательные и оздоровительные упражнения, игровой массаж и самомассаж, играют в речевые и пальчиковые игры. В ход ВУД вводятся элементы психогимнастики, активной и пассивной музыкотерапии.

Программа «ЛОГОРИТМИКА» составлена педагогом дополнительного образования Варакиной Т.А. для учеников 1 класса в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373;



- Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части охраны здоровья учащихся, утв. приказом Минобрнауки России от 28.12.2010 № 2106;

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189).

ВУД по логоритмике проводится с детьми 1 раз в неделю.

### **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

С каждым годом растет количество детей с различными речевыми патологиями. Современная ситуация в системе образования, в которой происходит изменения, связанные с ориентацией на ценностные основания педагогического процесса, его гуманизацию и индивидуализацию в подходах к решению проблем конкретного ребёнка, побуждает педагогов и специалистов к созданию новых моделей, поиску новых форм и технологий специализированной помощи детям, имеющим проблемы в психофизическом развитии, воспитании, общении и поведении. Преодоление нарушений звукопроизношения имеет огромное значение в последующей жизни ребёнка. Недостатки звукопроизношения могут явиться причиной отклонений в развитии таких психических процессов, как память, мышление, воображение, а также сформировать комплекс неполноценности, выражающийся в трудности общения. Своевременное устранение недостатков произношения поможет предотвратить трудности в овладении навыками чтения и письма. Перед специалистами, работающими с детьми с речевыми нарушениями, стоит задача поиска наиболее эффективных методов формирования произносительных возможностей, сохранения и укрепления физического здоровья школьников, создания такой артикуляционной базы, которая обеспечивала бы наиболее успешное овладение навыками нормативного произношения.

### **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

Цель данной программы - коррекция и профилактика имеющихся отклонений в речевом развитии ребёнка посредством сочетания слова и движения.

### **ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

- оптимизировать содержание воспитания, обучения и коррекции детей логопедической группы;
- создать условия для организации ВУД по логоритмике с использованием здоровьесберегающих технологий;
- внедрить современные эффективные технологии коррекции речевых нарушений, развития музыкальных и творческих способностей детей



логопедической группы, сохранения и укрепления здоровья школьников, позволяющие достичь качественно более высоких результатов обучения и коррекции;

- разработать перспективный план проведения ВУД по логоритмике, дидактические пособия;

К проведению логоритмического занятия, как и к любому другому, предъявляются **определенные требования**.

- Занятия по логоритмике проводятся 1 раз в неделю.
- Занятия целесообразно проводить продолжительностью до 30 минут.
- Занятия логоритмики составляются с опорой на лексические темы.
  - Содержание двигательного и речевого материала варьируется в зависимости от уровня сформированности моторных и речевых навыков.
  - Каждое занятие представляет собой тематическую и игровую целостность.
  - В сюжете занятий используются рассказы и сказки русских и зарубежных писателей, русские народные сказки, которые подбираются в соответствии с возрастом детей и позволяют решать коррекционные задачи в игровой форме.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа «Логоритмика» базируется на основных положениях программ и методических пособий:

*по логопедии:*

- Программа «Подготовка к школе детей с недостатками речи» Г. А. Каше;
- Программа и методические рекомендации «Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с фонетико-фонематическим недоразвитием» Т.В. Филичевой и Г. В. Чиркиной;
- Учебно-методическое пособие «Дети с общим недоразвитием речи. Воспитание и обучение» Т. Б. Филичевой, Т. В. Тумановой;
- Учебно-практическое пособие для логопедов и медицинских работников «Логопедический массаж и лечебная физкультура с детьми 5-7 лет» Г. В. Дедюхиной, Т. А. Яньшиной, Л. Д. Могучей;
- Методическое пособие «Развитие связной речи» В. В. Коноваленко и С. В. Коноваленко;
- Методическое пособие «Артикуляционная гимнастика в стихах и картинках» Т. А. Куликовской.

*по логоритмике:*

- Методические пособия по логоритмике М. Ю. Картушиной, М. Ю. Гоголевой, Е. В. Кузнецовой.
- Логоритмика В.А.Волковой.



### *по оздоровлению детей:*

- Программа оздоровления детей «Зеленый огонек здоровья» М. Ю. Картушиной;
- «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова;
- Методические пособия «Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей» М.Н.Щетинина, «Психогимнастика М. И. Чистяковой, «Азбука физкультминуток» В. И. Ковалько.

### **ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

- **1. Принцип научности.** Подкрепление всех коррекционных и оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- **2. Принцип целостности, комплексности педагогических процессов.** Логоритмические занятия планируются, проводятся и анализируются учителем-логопедом, учителями начальных классов логопедической группы. Вопросы включения в ход занятия здоровьесберегающих технологий решаются совместно с медицинским работником ОУ.
- **3. Принцип системности.** Логоритмическая работа должна способствовать формированию языка в целом, как системы взаимосвязанных и взаимозависимых единиц.
- **4. Принцип последовательности.** Каждое из коррекционных направлений логоритмики реализуется в процессе поэтапной работы. По мере формирования звукопроизношения порядок усвоения фонем всё больше подчиняется закономерностям фонематической системы усваиваемого языка. Звуки, определяющие ядро фонологической системы русского языка формируются в первую очередь. Позднее появляются звуки, составляющие периферию. Задача педагога - соблюдать основные закономерности усвоения языковых единиц в норме.
- **5. Принцип опоры на сохранные функции или принцип обходного пути.** Работа над одним звуком подготавливает и облегчает правильное произношение других звуков, той же фонетической группы, и звуков других групп (постановка звука "с" полностью подготавливает артикуляционный уклад звука "з" и частично укладки шипящих звуков). Эта взаимная связь позволяет использовать здоровые звуки для постановки дефектно произносимых звуков.
- **6. Принцип учета уровня развития ребёнка.** Л. С. Выготский предложил выделять в развитии ребенка два основных уровня: уровень актуального развития (самостоятельное решение предлагаемых задач) и уровень потенциального развития (способность решения задач при соответствующей помощи со стороны педагога), таким образом, следует проводить обучение ребенка от выполнения задачи с помощи педагога к самостоятельному ее решению. Любое предлагаемое



задание должно быть заведомо легко выполнимым, с учетом уровня развития ребенка и этапа коррекционного воздействия.

- **7. Принцип повторений умений и навыков.** В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- **8. Принцип отбора лингвистического материала.** Правильно подобранный лингвистический материал выступает как одно из важных основных условий коррекции. Удобный для произношения текст, в котором отсутствуют или редко встречаются трудные звуко сочетания, много гласных звуков.
- **9. Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания.** Главная цель образования – ребенок, развитие которого планируется, опираясь на его индивидуальные и возрастные особенности.
- **10. Принцип активного обучения.** На занятиях логоритмикой используются активные формы и методы обучения – игры, активное слушание, творческие задания, импровизации, выполнение оздоровительных упражнений в движении под музыку.
- **11. Принцип результативности.** Получение положительного результата развития и коррекции речи, оздоровления каждого ребенка.

### СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ЛОГОРИТМИКЕ

Логоритмическое занятие включает следующие виды упражнений:

- Вводная ходьба и ориентирование в пространстве.
- Динамические упражнения на регуляцию мышечного тонуса развивают умение расслаблять и напрягать группы мышц. Благодаря этим упражнениям дети лучше владеют своим телом, их движения становятся точными и ловкими.
- Артикуляционные упражнения полезны в любом возрасте, так как четкая артикуляция – основа хорошей дикции. Артикуляционные упражнения для детей с нарушениями звукопроизношения – необходимость. Они подготавливают артикуляционный аппарат ребенка к постановке звуков (это задача логопеда). Четкие ощущения от органов артикуляционного аппарата – основа для овладения навыком письма. Работа над артикуляцией позволяет уточнить правильное звукопроизношение, развивает подвижность языка, челюстей, губ, укрепляет мышцы глотки.
- Дыхательная гимнастика корректирует нарушения речевого дыхания, помогает выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. На логоритмических занятиях используются:
  - упражнения на развитие диафрагмально-брюшного дыхания,
  - выработка продолжительного речевого выдоха,
  - тренировка согласованной работы дыхательной, голосовой и артикуляционной систем.



- Фонопедические и оздоровительные упражнения для горла развивают основные качества голоса – силу и высоту, укрепляют голосовой аппарат. В холодное время года эти упражнения выполняются ежедневно в качестве профилактики простудных заболеваний. На занятиях используются фонопедические упражнения по В. Емельянову, не только развивающие голосовые связки, но развивающие певческие навыки школьников.
- Упражнения на развитие внимания и памяти развивают все виды памяти: зрительную, слуховую, моторную. Активизируется внимание детей, способность быстро реагировать на смену деятельности.
- Чистоговорки обязательны на каждом занятии. С их помощью автоматизируются звуки, язык тренируется выполнять правильные движения, отрабатывается четкое, ритмичное произношение фонем и слогов. У детей развивается фонематический слух и слуховое внимание.
- Речевые игры могут быть представлены в различных видах: ритмодекламации без музыкального сопровождения, игры со звуком, игры со звучащими жестами и музицированием на детских музыкальных инструментах, театральные этюды, игры-диалоги и др. Использование простейшего стихотворного текста (русские народные песенки, потешки, прибаутки, считалки, дразнилки) способствует быстрому запоминанию игры и облегчает выполнение логоритмических задач.
- Ритмические игры развивают чувство ритма, темпа, метра (акцентуации сильной доли такта), что позволяет ребенку лучше ориентироваться в ритмической основе слов, фраз.
- Пение песен и вокализов развивает память, внимание, мышление, эмоциональную отзывчивость и музыкальный слух; укрепляется голосовой аппарат ребенка, способствует автоматизации гласных звуков. Процесс развития певческих способностей у детей с речевыми нарушениями направлен не только на формирование их художественной культуры, но и на коррекцию голоса, артикуляции, дыхания.
- Пальчиковые игры и сказки. Науке давно известно, что развитие подвижности пальцев напрямую связано с речевым развитием. Поэтому, развивая мелкую моторику пальцев рук, мы способствуем скорейшему речевому развитию. Пальчиковые игры и сказки, как и на музыкальных занятиях, проводятся чаще под музыку – тексты пропеваются, или музыка звучит фоном. Очень полезно использовать лепку несложных фигур, оригами, выкладывание несложных узоров мозаики под проговаривание текста игры.
- Элементарное музицирование на детских музыкальных инструментах развивает мелкую моторику, чувство ритма, метра, темпа, улучшает внимание, память, а также остальные психические



процессы, сопровождающие исполнение музыкального произведения. Кроме известных музыкальных инструментов на занятии можно совместно с детьми изготовить и поиграть на самодельных инструментах – «шумелках» из коробочек и пластмассовых бутылочек, наполненных различной крупой, «звенелках» из металлических трубочек, «стучалках» из деревянных палочек и кусочках бамбуковой удочки, «шуршалках» из мятой бумаги и целлофана.

- Театральные этюды. Очень часто у детей с ВНИ маловыразительная мимика, жестикация. Мышцы лица, рук, всего тела могут быть вялыми или скованными. Мимические и пантомимические этюды развивают мимическую и артикуляционную моторику (подвижность губ и щек), пластичность и выразительность движений детей, их творческую фантазию и воображение. Это укрепляет в детях чувство уверенности в себе, возможность точнее управлять своим телом, выразительно передавать в движении настроение и образ, обогащает их новыми эмоциональными переживаниями.
- Коммуникативные игры формируют у детей умение увидеть в другом человеке его достоинства; способствуют углублению осознания сферы общения; обучают умению сотрудничать. Такие игры чаще проводятся в общем кругу.
- Подвижные игры, хороводы, физминутки тренируют детей в координации слова и движения, развивают внимание, память, быстроту реакции на смену движений. Эти игры воспитывают чувство коллективизма, сопереживания, ответственности, приучают детей выполнять правила игры.

На занятиях соблюдаются **основные педагогические принципы** – последовательность, постепенное усложнение и повторяемость материала, отрабатывается ритмическая структура слова, и четкое произношение доступных по возрасту звуков, обогащается словарь детей.

В системе логоритмической работы с детьми можно выделить два направления: воздействие на **неречевые** и на **речевые процессы**.

**Основными задачами** логоритмического воздействия являются:

- развитие слухового внимания и фонематического слуха;
- развитие музыкального, звукового, тембрового, динамического слуха, чувства ритма, певческого диапазона голоса;
- развитие общей и тонкой моторики, кинестетических ощущений, мимики, пантомимики, пространственных организаций движений;
- воспитание умения перевоплощаться, выразительности и грации движений, умения определять характер музыки, согласовывать ее с движениями;
- воспитание переключаемости с одного поля деятельности на другое;
- развитие речевой моторики для формирования артикуляционной базы звуков, физиологического и фонационного дыхания;



- формирование и закрепление навыка правильного употребления звуков в различных формах и видах речи, во всех ситуациях общения, воспитание связи между звуком и его музыкальным образом, буквенным обозначением;
- формирование, развитие и коррекция слухо-зрительно-двигательной координации;

### 3. Учебный план

Название темы	Количество часов
Магазин игрушек.	1
Осеннее настроение.	1
Сундучок осени.	1
Лесной магазин.	1
У леса на опушке.	1
Спор овощей.	1
Фруктовое лукошко.	1
В гостях у лесовичка.	1
В мире животных.	1
У бабушки в деревне.	1
Рассказ лягушки.	1
Петушок-золотой гребешок.	1
Морское царство.	1
Паровозик из Ромашково.	1
Федорино горе.	1
Новогодний поезд.	1
Снеговик принес письмо.	1
Зимушка-зима.	1
Снежный городок.	1
В гостях у Самоделкина.	1
Новоселье.	1
Аты-баты, шли солдаты.	1
Мамин день.	1
В доме моем.	1
Очумелые ручки.	1
О чем плачет сосулька?	1
Космическое путешествие.	1
В траве сидел кузнечик.	1
Весна в лесу.	1
Какой я?	1
Веселый поваренок.	1
Приключения фиксиков.	1



Вот какие мы большие!	1
Итого: 33 часа	

#### 4. Тематический план

№	Название занятия	Примечание (лексико-грамматическая тема)
1	Магазин игрушек.	Игрушки.
2	Осеннее настроение	Признаки осени.
3	Сундучок осени.	Признаки осени.
4	Лесной магазин.	Грибы.
5	У леса на опушке.	Ягоды.
6	Спор овощей.	Овощи.
7	Фруктовое лукошко.	Фрукты.
8	В гостях у лесовичка.	Деревья.
9	В мире животных.	Дикие животные.
10	У бабушки в деревне.	Домашние животные.
11	Рассказ лягушки.	Перелетные птицы.
12	Петушок-золотой	Домашние птицы.
13	гребешок.	Рыбы.
14	Морское царство.	Транспорт.
15	Паровозик из	Посуда.
16	Ромашково.	Праздник.
17	Федорино горе.	Зима.
18	Новогодний поезд.	Зимние явления.
19	Снеговик принес	Зимние игры.
20	письмо.	Профессии.
21	Зимушка-зима.	Мебель.
22	Снежный городок.	Край родной.
23	В гостях у	Праздник мамы.
24	Самоделкина.	Моя семья.
25	Новоселье.	Профессии.
26	Аты-баты, шли	Весна.
27	солдаты.	Космос.
28	Мамин день.	
29	В доме моем.	Насекомые.
30	Очумелые ручки.	Первоцветы.
31	О чем плачет	Человек.
32	сосулька?	Меню.
33	Космическое путешествие.	Электроприборы.
	В траве сидел кузнечик.	Здравствуй, лето!



	Весна в лесу. Какой я? Веселый поваренок. Приключения фиксиков. Вот какие мы большие!	
--	---	--

## 5. Планируемые результаты освоения учащимися курса «Логоритмика».

### Требования к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения курса «Логоритмика».

В результате изучения данного курса в 1 классе учащиеся получают возможность формирования **личностных результатов**:

- Осознание роли языка и речи в жизни людей;
- Воспитание бережного отношения к природе, животным;
- Воспитание нравственно-патриотических чувств, уважения к культуре и традициям народов России, родного края, труду людей;
- Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих людей.

#### **Метапредметные результаты:**

##### Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
  - планировать свои действия для выполнения задания;
  - сформированность правильного речевого и физиологического дыхания.

##### Познавательные УУД:

- осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме;
- осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку действия;

##### Коммуникативные УУД:

- осуществлять учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками
- самостоятельно или при помощи педагога формулировать свою точку зрения.

**Предметными результатами** являются формирование следующих умений:



- Сформированность знаний по лексическим темам, расширение словарного запаса по лексическим темам, умение самостоятельно составлять небольшие рассказы на определенную тему, придумывать необычные окончания знакомых сказок, песен.
- Сформированность умений выполнять движения в соответствии со словами. ( Сформированность умений ритмично выполнять движения в соответствии со словами, выразительно передавая заданный характер, образ).
- Способность правильно выполнять артикуляции звуков отдельно и в слоговых рядах, дифференцировать парные согласные звуки.
- Способность выполнить оздоровительные упражнения для горла, для улучшения осанки, дыхательные и пальчиковые упражнения, самомассаж лица и массаж тела, этюды на напряжение и расслабление мышц тела.
- Сформированность модуляции голоса, плавности и интонационной выразительности речи, правильного речевого и физиологического дыхания, умения правильно брать дыхание во время пения.
- Способность ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении.
- Способность координировать движения в мелких мышечных группах пальцев рук и кистей, быстро реагировать на смену движений.
- Улучшение показателей слухового, зрительного, двигательного внимания, памяти.



## ЛИТЕРАТУРА

(для учителя)

- Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1993;
- Волкова В.А. Логоритмика
- Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии : Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2008;
- Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь, 2007;
- Дедюхина Г. В., Яньшина Т. А., Могучая Л. Д. Логопедический массаж и лечебная физкультура с детьми 5-7 лет, страдающими детским церебральным параличом. Учебно-практическое пособие для логопедов и медицинских работников. – М.: Издательство «Гном и Д», 2001;
- Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999;
- Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.: ТЦ Сфера, 2004;
- Картушина М. Ю. Логоритмические занятия в детском саду: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2004;
- Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр. - М.: ВАКО, 2005;
- Коноваленко В. В., Коноваленко С. В. Развитие связной речи. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2000;
- Кузнецова Е.В. Логопедическая ритмика в играх и упражнениях для детей с тяжелыми нарушениями речи. - М.: Издательство ГНОМ и Д, 2002;
- Кузнецова С. В., Котова Е. В., Романова Т. А. Система работы с узкими специалистами ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
- Куликовская Т.А. Артикуляционная гимнастика в стихах и картинках. Пособие для логопедов, воспитателей и родителей. - М.: «Издательство Гном и Д», 2005;
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б. Б. Развивающая педагогика оздоровления. – М.: Линка-Пересс, 2000;
- Нищева Н. В. Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001;
- Ткаченко Т. А. Учим говорить правильно. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2003;
- Тютюнникова Т. Э. Речевые игры // Дошкольное воспитание. - 1998. - № 9, с. 115-119;



- Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика/О.В.Узорова, Е. А. Нефедова. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2004;
- Филичева Т. Б., Чиркина Г. В. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с фонетико-фонематическим развитием. – М.: Школьная Пресса, 2002;
- Цвынтарный В.В. Играем, слушаем, подражаем – звуки получаем. СПб.: Издательство «Лань», 2002;
- Чистякова М.И. Психогимнастика. М.: Издательство: Просвещение, Владос, 1995;
- Щетинин М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей/М. Н. Щетинин. - М.: Айрис-пресс, 2007;

#### **Литература**

( для учащихся)

- Агеева И.Д. 500 стишков для зарядки язычков. М.,2013.
- Аникин В.П. Русские народные пословицы, поговорки, загадки и детский фольклор. М.,1990.
- Железнова Е.С. Пальчиковые песенки и игры. М.,2010.
- Ладыгина Т.Б. Стихи к детским праздникам. М.,2014.