

PROGRAME PENTRU ETAPA DE TERAPIE LOGOPEDICĂ GENERALĂ



„VORBIM ÎN PAS VIOI !”

EXEMPLE DE BUNE PRACTICI

Profesor logoped - Stoica Viorica Adina

„VORBIM ÎN PAS VIOI !”

PROGRAME PENTRU ETAPA DE TERAPIE LOGOPEDICĂ GENERALĂ

Profesor logoped – STOICA VIORICA ADINA

Argument

Copilul crește și se dezvoltă printre oameni ,imitând și ajungând să absoarbă limbajul.Perturbările ce pot interveni pe acest segment pot deforma relația copil- lume .Tulburările în limbaj pot produce daune comunicării, cu repercursiuni în integrarea socio-culturală.

Terapia logopedică ajută preșcolarii în recuperarea vorbirii corecte ;exercițiile repetitive, implicarea în activități planificate, organizate pe parcursul întregii ședințe de terapie solicită atenția, cer perseverență, implicare, motivație pentru corectarea tulburărilor de limbaj.

Am inițiat acest auxiliar didactic gândind programe de terapie generală cu caracter ludic, care determină orice copil să se implice cu plăcere în activitate, să rețină mai ușor, să aibă nevoie de mai puține repetiții, jocul fiind modalitatea prin care el învață. Fiecare program de terapie este însoțit de o activitate practică ,în care copiii de vârstă preșcolară / școlară mică, colorează o fișă, ce conține imagini cu referire la tema programului de exerciții fizice, aceștia reproducând și unele onomatopee.

Auxiliarul vine în ajutorul profesorului logoped și a copiilor cuprinși la terapia logopedică ,astfel încât ,etapa de terapie generală desfășurată prin programele propuse , familiarizează deja participanții cu unele exerciții fizice, de respirație, și cu imitarea unor onomatopee, pentru următoarea etapă,aceea de terapie cu caracter specific.

Profesorii logopezi au posibilitatea de a respecta programele propuse în auxiliar sau de a aranja exercițiile în cadrul poveștii cum doresc : o nouă combinație, de a renunța la unele, de a le înlocui sau de a adăuga altele , toate combinate cu exerciții de respirație.

Fiecare program / poveste , din cele patru, corespunde unei săptămâni, din cele alocate terapiei cu caracter general și cuprinde la început indicații privind pregătirea cabinetului , materiale folosite, executarea unor exerciții, a jocurilor.

Indiferent că ne desfășurăm activitatea la clasă sau în cadrul activităților extracurriculare , comunicarea este de calitate atunci când, pe lângă respectarea regulilor gramaticale , a conținutului științific a cunoștințelor se are în vedere și o pronunție corectă a tuturor fonemelor. La aceasta se mai adaugă un vocabular bogat, o exprimare liberă cursivă, coerentă lipsită de emoții.

Obiective:

- Executarea corectă a exercițiilor de respirație și miogimnastică, asigurând coordonarea dintre mișcările brațelor, respirație și vorbire.
- Dovedirea autocontrolului asupra mișcărilor musculaturii faciale (obraji, buze, limbă, mandibulă)
- Poziționarea corectă a organelor vorbirii pentru a emite sunetele solicitate
- Conștientizarea importanței oferirii unui model corect de vorbire
- Creșterea motivației pentru învățare și de autoreglare emoțională și comportamentală .

Pe parcursul desfășurării terapiei se vor folosi : ludoterapia, deprinderi psiho-motrice, abilitatea manuală,exerciții pentru:

Dezvoltarea mobilității corporale generale, gimnastică generală;

- Mobilizarea corpului : gimnastica brațelor; gimnastica mâinilor; gimnastica gâtului și a capului; gimnastica toracelui; gimnastica abdomenului; aplaudatul; mersul ritmat.

Educarea respirației corecte verbale și neverbale;

- obținerea unei respirații lungi, ușoare fără efort; educarea echilibrului între expir și inspir; formarea unei respirații diafragmatice; obținerea unui ritm respirator uniform; oxigenarea înainte de efort.
- mărirea capacității respiratorii prin: exerciții pentru expirație (ex. de suflat); exerciții pentru inspir (ex. mirositul florii);
- exerciții pentru învățarea inspirației diferențiale; exerciții de respirație cu suport concret (instrumente muzicale); exerciții de respirație în fața oglinzii, prelungind treptat expirul; exerciții libere în stare de repaos; exerciții libere de respirație în timpul mersului.

Dezvoltarea mobilității aparatului fonarticulator;

- gimnastică facială; umflarea alternativă a obrazilor; umflarea și retragerea simultană a obrazilor; încrețirea, descrețirea feței; imitarea râsului, a surâsului.

Antrenarea motricității faciale prin:

Antrenarea motricității labiale prin:

- gimnastică labială; întinderea buzelor; rotunjirea buzelor, formarea unei pâlnii cu buzele; acoperirea unei buze cu cealaltă alternativ; vibrarea buzelor.

Antrenarea motricității linguale prin:

- gimnastică linguală; mișcări rapide și ritmice de scoatere și retragere a limbii; mișcări spre dreapta și spre stânga; - imitarea plescătului; ștergerea dinților.

Antrenarea mișcărilor mandibulare prin :

- ridicarea și coborârea ritmică a mandibulei; mișcări spre dreapta și spre stânga a mandibulei; mișcări înainte și înapoi a mandibulei; imitatul rumeșatului animalelor.

Antrenarea mișcărilor velopalatale prin :

- imitarea tusei, a căscatului; mișcări de deglutiție.

Dezvoltarea motricității fine prin: manipulare cu obiecte; joc didactic; modelare;

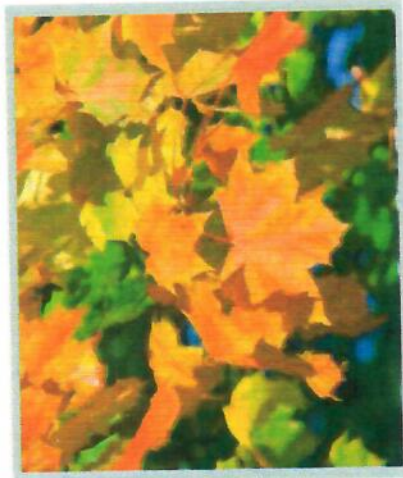
Educarea auzului fonematic; Formarea capacității de diferențiere fonematică prin:

- jocuri didactice; imitarea de sunete;

Dezvoltarea atenției și memoriei prin: -joc didactic „Ghici ce a dispărut”, „Repetă ce am spus”, „Reproduce ce ai văzut/ai auzit” etc.

Stimularea dezvoltării personalității prin: -exerciții de dezvoltare a imaginii de sine și de diminuare a tulburărilor emoționale.

Program de terapie generală „Toamna”



Se pregătește grupa de lucru despre tema aleasă ,prin convorbire despre caracteristicile anotimpului toamna, exemplificând cu imagini proiectate sau planșe.

Pe podeaua cabinetului se trasează opt cercuri conform indicațiilor din program, înainte de începerea exercițiilor. După ce exercițiile au fost învățate, se poate mări distanța dintre cercuri cu câțiva centimetri, îngreunându-se astfel exercițiul.

Pentru menținerea disciplinei, se va avea grijă ca următorul copil să nu pornească până cel dinaintea lui nu a parcurs primele patru cercuri. Exercițiile de respirație sunt alese și distribuite în program la alegerea profesorului logoped, în funcție de grupa de logopați.

Expunerea povestirii	Explicarea mișcărilor,indicații metodice
1.Suntem în luna octombrie ,a venit toamna...zilele sunt noroase ,plouă...	Copiii stau unul dupa altul în șir, în poziție de drepti .
2.Pic,pic !... Să nu ne murdărim ! Din piatră în piatră Sărim...	Mers pe vârful picioarelor ,pe fiecare pas se pronunță „pic,pic” . După 6-8 pași se execută săritura pe un picior , cu pas lung înainte,imitând săritura din piatră în piatră Se alternează mers pe vârful cu săritura cu pasul lung .

<p>Hop-hop... Hop-hop...</p> <p>3. Plouă cu stropi mari ! Să ne adăpostim ... Fuga ! Nu mai plouă La loc !... Plouă... repede sub pom... Iar nu mai plouă... La loc...</p> <p>4. Ploaia s-a îndepărtat . Se văd în departare fulgere... Fulgerul trece repede... Acum tuna „bu-bu-bu-bu” Buuuuuum! Iar fulgeră... Și apoi tună ! Buuum ! Tunetele au încetat, Cerul se înseninează...</p> <p>5. În zare apare curcubeul! S-a întins pe toată bolta cerului ... Sus de tot!... Apare roșu ... portocaliu... galben... verde... Albastru... indigo... violet... Curcubeul a dispărut !</p> <p>6. Toamna, pomii sunt încărcăți cu fructe ... Crengile grele se lasă aspre pe pământ... Într-o parte... Și în cealaltă... Și crengile gutuiului se lasă într-o parte... Și în cealaltă...</p> <p>7. Culegem merele ! Unul roșu de sus ! Și-l punem în coș...</p>	<p>Din șir, se execută ruperea rândurilor , fiecare găsim câte un loc indicat de profesor, apoi revenire în șir.</p> <p>Din poziția stând cu mâinile la umeri, întinderea brațelor (zvacnirea)lateral și imediat îndoirea lor la umeri, de 3 ori consecutiv, spunându-se trosc-pleosc, trosc-pleosc apoi alergare pe loc în ritm foarte vioi (6-8 pași), oprire cu săritura pe ambele picioare la cuvântul „bum », o dată cu coborârea brațelor. Se repetă fulgerul întinzând brațele sus, apoi din nou tunetul. Ritmul este foarte vioi.</p> <p>Din poziția șezând cu genunchii îndoiți, cu sprijin pe brațe (înapoi), ducerea brațului stâng pe lângă trunchi înainte, sus, înapoi ,jos, cu sprijinirea palmei pe sol (descrierea unui arc de cerc cu brațul). Aceași mișcare și cu brațul drept. Se repetă exercițiul alternativ, pronunțându-se , eventual, culorile curcubeului. Ritmul este lent, mișcarea amplă, privirea urmărește brațul.</p> <p>Din poziția stând cu mâinile deasupra capului, răsucirea trunchiului spre stanga și aplecarea spre piciorul stâng, capul aplecat înainte, apoi revenirea la poziția de plecare. Repetarea mișcării spre dreapta. Se execută de 4 ori alternativ.</p> <p>Din poziția depărtând stând, întinderea brațelor în sus, apoi îndoirea trunchiului înainte cu așezarea palmelor pe sol (sau cât mai aproape de sol)și revenire. Se execută mișcările de 4 ori, în ritm rar, cu genunchii bine</p>
---	---

<p>Și încă unul ... Au rămas cele din vârf... Sărim la ele ! Încă o dată... Un măr este mai sus... Și altul e și mai sus ... 8.Ce frumos este toamna la cules de vie !... Boabele de struguri căzute pe jos sunt ciugulite de păsărele... Ciugulesc câte o boabă și vrăbiuțele ... Și ciorile... Și porumbei... Și o vrăbiuță sare ușor...ușor Și altă vrăbiuță ... Așa...așa... Uite și sticletele ... Ei sare cel mai frumos ! Să sărim deci ca pasărelele ...</p>	<p>întinși;privirea urmărește mișcarea brațelor.Se confirmă aceeași mișcare cu săritura cu picioarele depărtate și o dată cu ridicarea brațelor (culesul).</p> <p>Pe mocheta se așează 4 cercuri în zig zag cu distanța de 10 cm între ele și 4 cercuri dispuse în linie , cu distanța de 15 cm între cercuri (dacă dimensiunea cabinetului permite, distanța dintre cercuri va fi mai mare cu 5-10 cm.). Copiii se aliniază în șir ,unul după altul în dreptul cercului nr.1 .Primul copil sare într-un picior sau cu câte un picior din cerc în cerc , prin cele 4 cercuri în zig zag , apoi aleargă la cercul nr.5 ,sare cu ambele picioare dintr-unul în altul și se așează ultimul, în șirul de unde a plecat.Fiecare copil execută exercițiul de 3-4 ori.</p>
<p>9.Dar toamna, unele pasărele pleacă la iernat în țările calde ! Și zboară una după alta ! Zboară lin , ca să nu obosescă...</p>	<p>În șir , unul după altul ,copiii merg cu brațele lateral (6-8) pași apoi merg 6-8 pași Se repetă exercițiul alternând mersul cu ridicarea și coborârea brațelor (imită zborul pasărilor)timp de 25-30 secunde.</p>

PĂDUREA FERMECATĂ



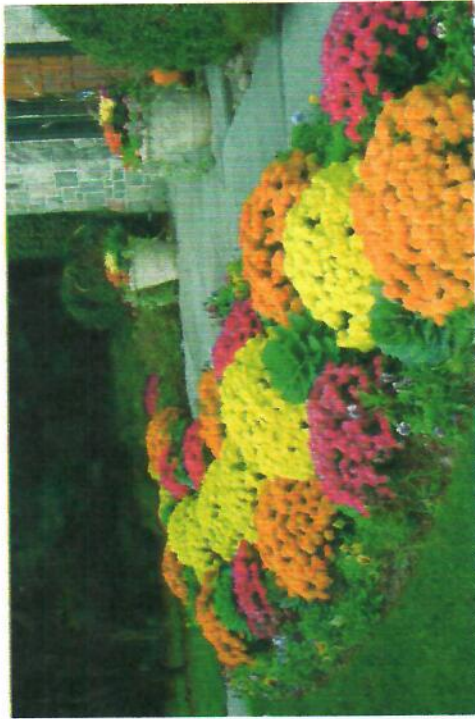
Se discută despre animalele sălbatice care trăiesc în pădurile din țara noastră, modul lor de viață, se prezintă imagini. Exercițiile se execută prin imitare. Cuvintele onomatopice care însoțesc unele exerciții vor fi pronunțate și de copii. Pentru ușurarea desfășurării exercițiilor, este necesar să se citească povestea copiilor înainte de începerea exercițiilor. Efectuarea unor exerciții necesită folosirea unei sfori lungă de 2.50-3 m(coardă de sărit). Exercițiile de respirație sunt alese și distribuite în program la alegerea profesorului logoped, în funcție de grupa de logopați.

Expunerea povestirii	Explicarea mișcărilor, indicații metodice
A fost odată ca niciodată.....	Aliniați câte 4-6 în coloană de gimnastică, copiii execută mers obișnuit

<p>O pădure fermecată. Prin pădure se plimbau Cu pași repezi alergau Animale fel de fel..... Când deodatăușurel... Vine puilul cu ursoaica după el ! Merge puil legănat, legănat și supărat, Morrmorr.....morr.... Cu ursoaica după el, Fiindcă-i tare mititel... Morr.....morr.....morr.....</p>	<p>pe loc, timp de 10-15 secunde. Se execută pas alergător pe loc timp de 10-15 secunde.Treptat, copiii se opresc din alergare.</p>
<p>Se așază-n poieniță, Unde-o mică veveriță Se juca c-o aluniță..... Hopa....hop.... Hopa....hop.... Ea mereu se tot juca.... Hopa....hop.... Hopa....hop....</p>	<p>Cu picioarele puțin depărtate cu trunchiul îndoit înainte , mâinile prinse de glezne ,copiii merg deplasând câte un picior înainte. Se execută 4-5 pași . Genunchii nu trebuie să fie întinși. Se va imita mormăitul ursului.</p>
<p>Alunița i-a căzut ! Nu e....nu-i !.... Nu e....nu-i !.... Ea în sus s-a ridicat ! Și-alta în loc a adunat.... Și încă una cu o mână, Și încă una cu cealaltă!.... Uite acolo în tufiș! Cine mișcă în frunziș?</p>	<p>Șezând, cu picioarele încrucișate, ducerea brațelor sus (gest de aruncare); Apoi ducerea brațelor îndoite în fața pieptului, palmele coșuleț(gest de prindere), și, în sfârșit ducerea brațelor lateral. Se repetă exercițiul de 4 ori .Copiii spun și ei hopa....hop!</p>
<p>Este micul iepuraș, Care sare drăgălaș... Hopa....hop!.... Hopa....hop....</p>	<p>Încrucișat șezând, brațele pe lângă trunchi, răsucirea trunchiului la stânga, palmele ating solul spre stânga.Se repetă mișcarea spre dreapta. Din poziția stând, ridicare pe vârful picioarelor, întinderea brațului stâng sus, apoi a celui drept. Ambele brațe coboară prin înainte jos;se execută o pauză, copiii stau în repaus.</p>
	<p>Din poziția de sprijin ghemuit, palmele se deplasează înainte pe sol și,prin săritură, picioarele se apropie de brațe..Se execută de 6 ori.</p>

<p>Dar pădurea fermecată Dă de știre tuturor Că-n poiana fermecată Toată lumea-i adunată ! Că e joc și veselie Și se-așteaptă o solie De la Zâna Zorilor... Iată vine și solia! Cine-icine-i ?....</p>	<p>Copiii se așază cu picioarele încrucișate, palmele pe genunchi. Spatele trebuie să fie foarte drept, capul sus, privirea înainte , umerii trași în jos și înspre spate. Ei stau liniștiți, ascultând versurile alăturate.</p>
<p>Este ursul tacticos, Care vine-n patru labe somnoros! Morr.....morr.....morr.... Ocolește poienița și se-așază pe cărare, S-odihnește și vestește tuturor Că sosește în curînd Zâna Zorilor.</p> <p>Ce s-aude în frunziș ? Vine vulpea pe furiș, Ca să vadă ce se-ntâmplă-n aluniș.... Ea vine pe potecută, Pitulată sub crenguță. Uite-așa ea se pitește Și pe burtă se târăște. Pleacă vulpe, haide-o dată ! Că te știu că ești șireată, Haide, pleacă!</p> <p>Dar solia așteptată I-a înveselit deodată! Toți se joacă de-a vînatul ! Zburdă în toate părțile, Până când dintre tufișuri Se arată vînatorii,</p>	<p>Pe genunchi , cu sprijin pe palme, 4 pași rari pe patru labe , apoi revenire și așezare cu picioarele încrucișate. Se execută în total 8 pași : 4 înainte și 4 înapoi. Ritmul este rar. Copiii nu trebuie să târască genunchii, nici palmele.</p> <p>Se întinde sfoara de-a latul sălii, la o înălțime de 50 cm și la 1-2 m de primii copii din coloana de gimnastică. Copiii reiau poziția pe genunchi și merg în patru labe ca vulpea, deci cu trunchiul mai aproape de sol , trec pe sub sfoară câte 4-6 deodată(după cum sunt așezați în coloană de gimnastică).</p> <p>După ce au trecut pe sub frînghie, se ridică în picioare și, ocolind pe lângă perete, revin în coloană de gimnastică. Se repetă exercițiul de 3-4 ori.</p>
	<p>Risipiți prin sală, copiii aleargă toți în toate direcțiile, până când trei dintre ei, care au fost dinainte indicați să fie vînatorii, vin în mijlocul sălii, imitând gestul de tras cu pușca; ei strigă tare „poc, poc, poc”. La auzul acestor cuvinte, ceilalți copii trebuie să se oprească pe locul unde se</p>

<p>Care trag așa: poc, poc, poc! Și atunci vai de cei Care nu stau pe loc Nemișcați într-un picior, Să nu-i prindă un vânător. Dacă-i prinde îi ia pradă Și îi bagă în desagă. De atâta bucurie, Ei se joacă, se îmbie, Și se joacă, se tot joacă, Se mai schimbă între ei: „Vânător să fii nu vrei? Haide, prinde un vânat! Fuga, prinde încă unul!” Dar acum s-a înnoptat ! Jocul lor s-a terminat, Moș Ene a venit Și cu toți au adormit! Uite-așa s-au așezat, Pe spate s-au culcat! Și ...ar fi dormit ei mult Dacă Zâna Zorilor, Cu un stol de păsărele, Nu i-ar fi atins pe gene....</p>	<p>gălesc, stând într-un picior. Copiii care se mișcă sunt luați de vânători, duși într-un colț (desagă) și scoși din joc. Jocul continuă. Din când în când , vânătorii sunt schimbați, iar copiii scoși reintră în joc o dată cu schimbarea vânătorilor. Jocul continuă până când toți copiii au fost vânători. Se va observa ca în timpul jocului oprirea să se facă neapărat într-un picior , iar copii să se căznească să nu miște , spre a-și forma, pe cât posibil , deprinderea de a sta în echilibru.</p>
	<p>Copiii iau poziția pe spate culcat, cu mâinile sub ceafă, genunchi îndoiți, tălpile lipite de sol, închid ochii (se fac că dorm). Stau astfel câteva secunde în repaus și apoi se ridică în picioare.</p>



ÎNTR-O GRĂDINĂ DE FLORI

Cabinetul este decorat cu flori de hârtie colorată , vrăbiuțe. Se poartă o discuție despre gradina de flori din anotimpul toamna(culorile lor, modul de îngrijire...etc.).Se prezintă flori ale anotimpului toamna.

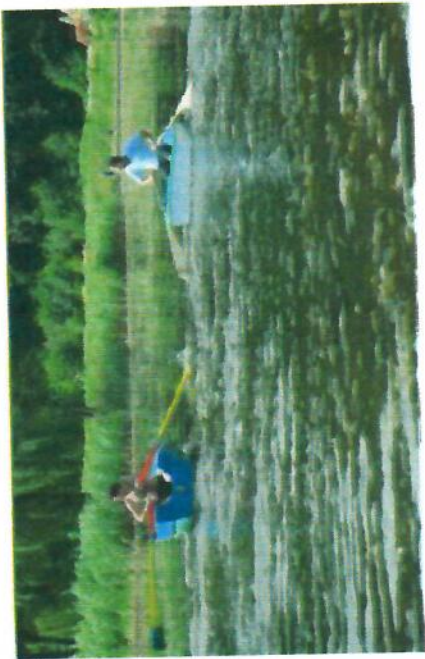
Spre finalul programului, copiilor li se împart ecusoane -flori decupate: tufănele, crizanteme, trandafiri care se vor grupa în buchetele , la indicația profesorului.Pentru dinamizarea jocului, la repetarea lui se vor alterna buchetelele cu buchetul mare.

Expunerea poveștii Copii,să ne închipuim astăzi că vizităm o grădină cu flori...	Explicarea mișcărilor,indicații metodice În șir, unul după altul,copiii stau în poziție de drepți.
--	--

<p>Copii,să ne închipuim astăzi că vizităm o grădină cu flori...</p> <p>În grădină mergem frumos printre straturile de flori,unul câte unul,atenți ,să nu călcăm pe straturi... Grădinarul este în fundul grădinii...să mergem repede spre el....Așa... Acum ne strângem împrejurul lui... Grădinarul plivește florile... Să-l ajutăm!</p>	<p>În șir, unul după altul,copiii stau în poziție de drepți.</p> <p>Se execută mers obișnuit,păstrând alinierea și intervalul în șir.Mersul este ritmic,mișcarea brațelor este coordonată cu mișcarea picioarelor. Se execută mers pe vârful picioarelor,puțin accelerat ,până la o ușoară alergare. Treptat se trece la mers obișnuit.Oprirea se face cu fața spre centru.Mersul și alergarea se execută circa 20-50 s. Respirăm adânc și eliberăm aerul...</p>
<p>Smulgem buruiana de lângă flori și o punem pe cărăruie...</p>	<p>Din poziția stând,îndoirea genunchilor în ghemuit;o dată cu întoarcerea spre stânga palmele ating solul.Revenire și același lucru spre dreapta.Se execută de 4 ori alternativ.Răsucirea trunchiului se execută cu amplitudine.Pe fiecare mișcare vom spune::Heeci-rrup!</p>
<p>După plivit grădinarul stropește florile cu stropitoarea. Uite-așa!... Hop! Cu un braț stropește stratul cu flori...a obosit... \$\$\$ Stropește și cu celălalt braț florile... \$\$\$ Schimbăm brațul,trebuie să udăm toată grădina...</p>	<p>Prin săritură se ia poziția stând,cu picioarele depărtate. Hop!(spunem împreună) Aplecarea trunchiului înainte cu legănarea brațului stâng,prin față,jos spre dreapta,apoi spre stânga și încăo dată...\$\$\$\$(spunem împreună) Revenirea și repetarea exercițiului și cu brațul drept încă o dată.Se execută de 3 ori alternativ.Prin săritură se revine la poziția drepți.Hop!(spunem împreună)</p>
<p>Ce tulpină dreaptă are floarea- soarelui!Și privește mereu spre soare..Din zori și până în seară... Mereu...Mereu... Neobosită...de aceea se și numește floarea –soarelui!.....</p>	<p>Stând,cu brațele încrucișate la piept,întorcerea capului încet spre stânga,urmat de o pauză scurtă,apoi spre dreapta... Exercițiul se repetă de 4 ori, în ritm rar...</p>

<p>Parcă zăresc niște vrăbiuțe? Vrăbiuțele zboară ușor, fălfăind din aripi!.. Făll..făll..făll Din zbor vrăbiuțele se opresc și își strâng aripile... Și iar pornesc... Și iar se opresc...</p>	<p>Cu brațele întinse lateral, imităm zborul păsărilor... Făll..făll..făll...(spunem împreună) Se execută pași mici pe vârfuri, cu mers ușor, apoi oprire... aducerea brațelor pe lângă corp. Exercițiul se execută din mers alternat cu oprire circa 1 minut.</p>
<p>Înfometate de atâta zbor, vrăbiuțele ciugulesc...cioc,cioc.....semințele de floarea –soarelui...</p>	<p>În poziția pe genunchi, aplecarea trunchiului înainte, o dată cu așezarea palmelor pe sol și îndoirea coatelor cu fruntea cât mai jos. Apoi revenirea, capul pe spate, în genunchi... Cioc, cioc, cioc...(spunem împreună) Exercițiul se execută de 4 ori...</p>
<p>Sătule, vrăbiuțele se așază vesele pe sârmă și ciripesc... cirip, cirip..ba la o vecină, ba la cealaltă vecină.... cirip, cirip Ciripind vesele vrăbiuțele zboară spre cer și apoi se lasă pe pământ....Și iar zboară spre cer...Zbrrrr.... Și iar coboară....jos... Sus!... Zbrrrr.... Jos!... Zbrrrr....</p>	<p>Copiii se ridică și din poziția șezând răsucim trunchiul spre stânga și spre dreapta ...cirip...cirip...(spunem împreună) Exercițiul se repetă de 4 ori...</p> <p>Din poziția stând, ridicarea pe vârful picioarelor, o dată cu ridicarea brațelor prin lateral oblic sus; lăsarea în poziția ghemuit, cu coborârea brațelor prin lateral în jos.. Sus!...Zbrrr...(spunem împreună)</p>
<p>Priviți gingașele flori!Sunt mititele...parfumate Când răsare soarele se deschid.... Când apune soarele se închid... Din primăvară până toamna târziu.... Se deschid...Se închid...</p>	<p>Din poziția ghemuit, pe vârfuri, fruntea și mâinile pe genunchi, se îndreaptă trunchiul, se întind genunchii, se ridică brațele oblic în sus, privirea în sus. Se revine în poziția de plecare.... se repetă de 4 ori...</p>

<p>La priviți !O floare cu tulpina subțire se leagănă în bătaia vântului! Ușurel!...Ușurel!... văjji, văjji... O dată...Încă o dată... văjji, văjji...</p> <p>Din gingașele flori ale grădinii să facem buchetele! Tu ești tufănică!... Tu ești crizantemă!... Tu ești trandafir!...</p> <p>La revedere, flori frumoase!</p>	<p>Din poziția stând în picioare,ducem brațele sus și ne legănăm....spre stânga,spre dreapta,ușor..... văjji, văjji...(spunem împreună) Se execută de 4-6 ori...</p> <p>Copiii se așează în cerc,în poziția șezând,cu picioarele încrucișate,brațele libere...În mijlocul cercului ,se desenează un cerculeț .Copiii vor primii ecusoane cu o floare.Când conducătoarea jocului spune,,facem un buchet de tufănele...,copiii care au ecusonul potrivit intră în cerc.când buchetele este gata, copiii revin la locurile lor.buchetele se fac de 2-3 ori...</p> <p>În șir unul după altul,copiii execută mers obișnuit timp de 40-50s.</p>
---	--



PE MALUL LACULUI

Se pregătește grupa de lucru despre tema aleasă printr-o convorbire , exemplificând cu imagini proiectate sau planșe.

Pe latura lungă a cabinetului se vor aranja patru scăunele , unele lângă altele , unele lângă altele , unele lângă altele . La distanța de 2-3 pași se va afla alt grup de patru scăunele, așezate în același fel. Aceasta reprezintă două podete . Pentru jocul de încheiere sunt necesari câțiva fulgi.

Exercițiile de respirație sunt alese și distribuite în program la alegerea profesorului logoped, în funcție de grupa de logopași.

Expunerea povestirii	Explicarea mișcărilor, indicații metodice
<p>Copii, este cald și frumos afară ! Noi să ne închipuim că suntem pe marginea unui lac ! Oare apa este caldă sau rece? S-o încercăm !.... Cu o mânăbrrr....este rece Cu cealaltă mânăbrrr....ce rece este ! Să mai încercăm o dată ! Cu o mână Și cu cealaltă....</p>	<p>În coloană de gimnastică, păstrând alinierea, copiii stau în poziție de drepti. Prin săritură se ia poziția stând, cu picioarele depărtate, brațele lateral. Îndoirea trunchiului , ducând palma stângă la piciorul drept și revenire. Se repetă exercițiul de trei ori. Îndoirea trunchiului și revenirea se execută energic. Ritmul este vioi.Palma atinge piciorul pe latura lui exterioră; celălalt braț rămâne întins înapoi.</p>

<p>Nu este chiar așa de rece ! Cu o mână Cu cealaltă</p> <p>Să intrăm în lac !....</p> <p>Învățăm să înotăm ca broscuțele, Uite-așa! Oac, oac , oac... Trage apa cu brațele</p> <p>Îndoiaie-le la piept.... Din nou trage brațele</p> <p>Îndoiaie-le.....Întindele Oac, oac , oac... Trage – îndoiaie – întinde ...Oac, oac , oac... Trage – îndoiaie – întinde ...Oac, oac , oac...</p> <p>Învățăm mișcarea de înot și cu picioarele , Îndoiaie un picior.... Întinde.....Apropie... Oac, oac , oac... Cu celălalt picior la fel.... Îndoiaie.... Întinde.....Apropie... Oac, oac , oac... Și încă o dată... Îndoiaie un picior.... Întinde.....Apropie... Oac, oac , oac...</p> <p>Ieși din apă ! Au !.... Au !....M-a prins un rac de picior.... Scuturăm piciorul să cadă racul.... Au !.... Au !.... racul m-a prins de celălalt picior !..... Scutură piciorul !.... Ce mulți raci se prind mereu de picioarele noastre ! Au !.... Au !.... Scutură piciorul !.... Au !.... Au !.... Și pe celălalt !....Gata....</p> <p>Bărcuțele ne așteaptă ! Sunt mici, numai pentru o persoană !..... Să ne așezăm pe ele !.... Luăm lopata în mâini și lopătam într-o parte.... În cealaltă.... Alunecăm lin.... Pleosc, pleosc.... ! Lopătam mai departe.... Pleosc, pleosc.... !</p>	<p>Stând, cu brațele întinse înainte , palmele apropiate, buccrea brațelor lateral, îndoirea lor, coatele lângă corp, palmele apropiate sub piept. Întinderea brațelor înainte, palmele rămân apropiate. Se repetă exercițiul de patru ori.</p> <p>Tragerea brațelor lateral se execută în ritm mai lent, iar îndoirea și întinderea energic.</p>
<p>Stând, cu mâinile pe șold,călcăile apropiate,trunchiul drept, îndoirea piciorului stâng cât mai sus, genunchiul în afară, întinderea lui lateral, oblic în jos, și aducerea lângă piciorul drept.</p> <p>Se repetă exercițiul și cu piciorul drept. Se execută de patru ori consecutiv.</p> <p>Ritmul este lent pentru prima parte, vioi pentru întindere și apropiere.</p>	<p>Stând, cu mâinile pe șold,călcăile apropiate,trunchiul drept, îndoirea piciorului stâng cât mai sus, genunchiul în afară, întinderea lui lateral, oblic în jos, și aducerea lângă piciorul drept.</p> <p>Se repetă exercițiul și cu piciorul drept. Se execută de patru ori consecutiv.</p> <p>Ritmul este lent pentru prima parte, vioi pentru întindere și apropiere.</p>
<p>Îndoirea piciorului stâng cu ridicarea genunchiului înainte și cât mai sus,trunchiul relaxat. Din această poziție se scutură piciorul stâng de trei-patru ori și apoi se apropie de cel drept.</p> <p>Exercițiul se repetă de patru ori alternativ.</p> <p>Scuturarea piciorului se face energic, căutând să se mențină echilibrul.</p>	<p>Îndoirea piciorului stâng cu ridicarea genunchiului înainte și cât mai sus,trunchiul relaxat. Din această poziție se scutură piciorul stâng de trei-patru ori și apoi se apropie de cel drept.</p> <p>Exercițiul se repetă de patru ori alternativ.</p> <p>Scuturarea piciorului se face energic, căutând să se mențină echilibrul.</p>
<p>Șezând cu picioarele încrucișate, brațele întinse înainte, pumnii strânși ,se imită ținerea lopeții.Răsucirea trunchiului spre dreapta, apoi spre stânga, cu brațele se imită mișcarea de văslire.</p> <p>Se execută exercițiul de patru ori alternativ.</p> <p>Ritmul vioi se accelerează cu fiecare repetare.</p>	<p>Șezând cu picioarele încrucișate, brațele întinse înainte, pumnii strânși ,se imită ținerea lopeții.Răsucirea trunchiului spre dreapta, apoi spre stânga, cu brațele se imită mișcarea de văslire.</p> <p>Se execută exercițiul de patru ori alternativ.</p> <p>Ritmul vioi se accelerează cu fiecare repetare.</p>

<p>Și repede....și mai repede ...Pleosc, pleosc.... ! Sărim din barcă în apă și facem pluta pe spate ! Plutim puțin.... Ne întoarcem și facem pluta pe față Pluta pe spate..... Pluta pe față..... Pe spate Pe față....</p>	<p>Se ia poziția pe spate culcat, cu brațele lateral, picioarele întinse. Se menține poziția unu-două secunde.Pe partea stângă sau dreaptă, întoarcere cu fața în jos, palmele sub bărbie.Se menține poziția. Exercițiul se repetă, executându-se întoarcerea când pe o parte, când pe cealaltă. Se execută de patru ori alternativ în ritm lent.</p>
<p>Ne-am bălăcit destul ! Ieșim din apă...Sus ! Urechile sunt pline de apă ! S-o scoatem , sărind pe un picior cu urechea pe palmă.....Hop, hop, hop... Pe celălalt picior ... Hop, hop, hop... Repetăm ! ... Hop, hop, hop...</p>	<p>Din poziția stand, se execută trei-patru sărituri pe piciorul stâng, dreptul puțin ridicat înainte, capul aplecat spre stânga, palma stângă la ureche. Se execută de patru ori alternative, în ritm vioi.</p>
<p>Și acum să trecem peste lac pe podeț, pe celălalt mal..... Așezați-vă unul după altul în fața podețului Pe podeț se merge atent și ușor ! Dacă ți-e frică, ține-te de bară ! Coboară ușor !.... Treci și celălalt podeț ! E mai bine să mergi pe podeț fără să te uiți în apă !</p>	<p>Copiii se vor alinia, în șir, unul după altul, în dreptul podețului.Rând pe rând , câte un copil trece pe un podeț, apoi și pe al doilea podeț și se așază ultimul în șir. Prima dată se va trece numai peste un podeț.La repetare se vor parcurge amândouă. Se execută de patru-șase ori de fiecare copil.Se acordă multă atenție la menținerea ordinii.</p>
<p>După atâta oboseală, să ne strângem la umbra unei sălcii și să ne jucăm „De-a fulgul zburător” Ia să vedem dacă putem ține în aer, cât mai mult timp, acest fulguleț ! Fuuu...fuuu....fuuu...</p>	<p>Copiii se vor împărși în grupuri de câte cinci- șase, strânși într-un cerc, în poziția încrucișat șezând (foarte apropiați între ei). Deasupra fiecărui cerculeț ,profesorul dă drumul unui fulguleț , pe care copiii trebuie să-l mențină cât mai mult în aer, suflând spre el. Durata acestui joc nu va depăși un minut.</p>
<p>Ridicați-vă ! Joaca noastră pe malul lacului s-a terminat !....</p>	

Bibliografie:

- Dezvoltarea abilităților de viață ale alevilor ; modulul 2, suport de curs
- Nicolescu E.-Gimnastică și jocuri pentru cei mici – Editura de stat didactică și pedagogică 1988
- Păunescu C. - Dezvoltarea vorbirii copilului și tulburărilor ei, București: Editura Didactică și Pedagogică.
- Vrăsmaș E. -Să învățăm cu... plăcere ,supliment al revistei Învățământul Preșcolar





