

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 23 города Сызрани
городского округа Сызрань Самарской области структурного подразделения «Детский сад
№70», реализующего общеобразовательные программы дошкольного образования

**Практикум: «Основы проведения общей артикуляционной и дыхательной
гимнастики».**

Наставник: учитель-логопед Фролова А.А.

Наставляемый: учитель-логопед Шамсутдинова Г.Р.

1. Артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика - это система упражнений для органов речи, является зарядкой для артикуляционных мышц.

Цель артикуляционной гимнастики: выработка полноценных движений органов речи, необходимых для правильного произнесения звуков, подготовка речевого аппарата к речевым нагрузкам.

У ребенка дошкольного возраста органы речи развиты слабо, поэтому ему следует помочь подготовить мышцы.

Упражнения бывают:

- статические (неподвижные), направленные на удержание определенного положения губ, языка (чашечка, трубочка и др.)
- динамические (подвижные): требуют ритмичного повтора движений, координации движений и переключаемости (лошадка, часики, качели и др.)

Все упражнения объединяются в комплексы, каждый из которых имеет определенную направленность:

1 группа – упражнения, которые вырабатывают основные движения и положения органов артикуляционного аппарата,

2 группа – способствуют выработке движений и положений для произнесения определенных групп звуков (свистящих, шипящих, соноров, заднеязычных).

3 группа – специфические упражнения направленные на постановку звуков, способствующие выработке определенных движений: подвижность кончика языка, мягкого нёба, для растягивания подъязычной связки.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики.

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 2-3 раза в день по 3-5 минут.

2. В комплексе должны присутствовать 2-3 упр. статических и 2-3 упр. динамических. *Начинают гимнастику со статических упражнений, они выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении), далее переходят к динамическим.*

3. На первых занятиях упражнение повторяется 2-3 раза в связи с повышенной истощаемостью упражняемой мышцы, в дальнейшем каждое упражнение выполняется до 10-15 раз.

4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.

Артикуляционные упражнения необходимо проводить в игровой форме перед зеркалом.

5. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

Организация проведения артикуляционной гимнастики.

Для проведения артикуляционной гимнастики необходимо (зеркало, игровой момент, приемы, знать, как правильно выполняется упражнения).

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

2. Взрослый показывает выполнение упражнения, выполняя методические указания.

3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение - следит за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.

Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

Игровые приёмы используемые при проведении артикуляционной гимнастики.

Игровых приемов великое множество. Любая история, предметы, картинка – это наглядность, с помощью которой сохраняется внимание ребенка, вследствие чего активизируется все процессы речи. Элементы соревнования, красочность, новизна атрибутов, занимательность сюжетов игр вызывает интерес и эмоциональную отдачу, тем самым решаются обучающие задачи, цели, поставленные на занятии. (Знакомя ребенка с новым упражнением необходимо дать детям сюжетную зарисовку).

Наставляемый берёт картинки с изображением артикуляционного упражнения. Он должен назвать упражнение и показать, как оно выполняются. Далее перед зеркалом наставник вместе с наставляемым уточняют выполнение этих упражнений.

МАСТЕР-КЛАСС ПО Артикуляционной гимнастике. Показ упражнений + картинки.

Затем предлагает применить полученные знания и умения для выполнения артикуляционной гимнастики с помощью стихотворной сказки

«У бабушки с дедушкой» (с демонстрацией картинок и показом артикуляционных движений).

«Толстые внуки приехали в гости.
С ними – худые, лишь кожа да кости.
Бабушка с дедушкой всем улыгнулись,
поцеловать они их потянулись.
Утром проснулись—в улыбочку губы.
Чистим мы верхние, нижние зубы.
Блюдца поставим— положат блины нам.
Дуем на блинчик—не в щеки, не мимо.
Чашки поставим, чтоб чаю налили.
Вкусный был завтрак, никто не обижен.
Скажем спасибо и губы оближем.
Дедушка сделал для внуков качели.
Все мы на них покачаться успели.
Вечером скачем на лошади ловко.
Звонко стучат по дороге подковки.
Вот замедляет лошадка шажочки,
и на опушке мы видим грибочки»

И придумать разные названия для артикуляционных упражнений по разным темам для дальнейшего использования в игровой форме. (Спортплощадка, зоопарк и др.)

2. Дыхательная гимнастика.

Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и голос.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют:

- воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом,

- профилактике возникновения болезней дыхательных путей,
- восстановлению носового дыхания при его нарушении.

При проведении дыхательной гимнастики необходимо соблюдать следующие требования:

- Проводить занятия необходимо в хорошо проветриваемом помещении.
- Занятия можно выполнять ежедневно (во избежание головокружений упражнения повторяются не более 3-4 раз).
- Нагрузка на ребенка должна увеличиваться постепенно, за счет увеличения числа повторений и усложнения упражнений (например - дуем сначала на гладкий карандаш, затем на ребристый)
 - Вдыхать воздух через нос и рот, выдох делать через рот.
 - Вдыхать легко и коротко, а выдыхать длительно и экономно.
 - В процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, живота, груди; плечи не поднимать при вдохе и не опускать при выдохе.
 - После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.
 - Все упражнения выполнять в игровой форме.

Дыхательные упражнения делятся:

- на упражнения вызывающие длительный направленный выдох (игры типа вертушки, мельницы, предметы на воде...),
- игры на поддувание (ребенок поддувает на легкие предметы – вату, бумажку, легкие шарики...),
- игры на развитие физического дыхания (надувает шарики, пускает мыльные пузыри...),
- упражнения на развитие речевого дыхания (вдох и выдох через рот и нос),
- упражнения с проговариванием звуков.

Наставник показывает несколько игр, развивающих продолжительный, равномерный выдох у детей, формирующие сильную воздушную струю через рот.

Все упражнения имеют свой игровой сюжет, вызывают положительные эмоции, повышают интерес к дыхательной гимнастике, способствуют развитию творческого воображения, фантазии.

Знакомит с некоторыми игровыми приёмами дыхательной гимнастики.

Кроме дыхательных упражнений с движениями, так же с детьми можно и нужно проводить статичные дыхательные упражнения в положении сидя на стуле. Такие упражнения можно использовать с детьми старшего дошкольного возраста.

«КОРАБЛИК»

Ребёнку предлагается широкая ёмкость с водой, а в ней – бумажные кораблики, которыми могут быть простые кусочки бумаги, пенопласта. Ребёнок, медленно вдыхая, направляет воздушную струю на «кораблик», подгоняя его к другому «берегу».

«СНЕГОПАД»

Сделайте снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложите ребёнка устроить снегопад. Положите «снежинку» на ладошку ребёнку. Пусть он правильно её сдует.

«ПУЗЫРЬКИ»

Эта игра, которую почти все родители считают баловством и не разрешают детям в неё играть. На самом деле, она является дыхательным упражнением и очень проста в использовании. Нужна лишь трубочка-соломинка и стакан воды. Обращаем внимание ребёнка на то, чтобы выдох был длительным, то есть пузырьки должны быть долго.

«ДУДОЧКА»

Используем всевозможные свистки, дудочки, детские музыкальные инструменты, колпачки от шариковых ручек, пустые пузырьки. Дует в них.

«ФОКУС»

Это упражнение с кусочками ваты, которое помогает подготовить ребёнка к произнесению звука «Р».

Вата кладётся на кончик носа, ребёнку предлагается вытянуть язык, загнуть его, кончик вытянуть вверх и подуть. Ватка в идеале должна взлететь вверх.

«СВЕЧА»

Ребёнку предлагается подуть на огонёк горящей свечи так, чтобы не задуть её, а лишь немного отклонить пламя. Дуть нужно долго, потихоньку, аккуратно.

«ФУТБОЛ»

И кусочка ваты или салфетки скатайте шарик – это будет мяч. Ворота можно сделать из двух кубиков или брусков. Ребёнок дует на «мяч», пытаясь забить «гол».

«КТО СПРЯТАЛСЯ?»

На предметную картинку, размером с четверть альбомного листа наклеиваем с одного края гофрированную бумагу, изрезанную бахромой. Получается, что картинка спрятана под тоненькими полосками бумаги. Ребёнок подует на бахрому, так, чтобы она поднялась и увидит картинку.

Для проведения дыхательной гимнастики можно использовать различные предметы: ватку, карандаш, листочки, шарики, катушки, вертушки, наборы для купания (уточки, кораблики), мыльные пузыри, перышки, свечки, свистульки, свистки, дудочки, пузырьки, надувные игрушки, музыкальные игрушки.

Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца и при некоторых других заболеваниях!

В заключении наставник демонстрирует различные пособия для проведения дыхательной гимнастики.