**Консультация для педагогов**

**Комплекс речевых гимнастик – как средство речевого развития детей младшего дошкольного возраста**

 учитель-логопед

Босс Наталия Николаевна

I кв. категория

В настоящее время увеличилось количество детей с речевыми нарушениями. Для минимизации отставания в речевом развитии, для предупреждения речевых нарушений мы – педагоги ДОО должны уделять особое внимание речевому развитию детей, начиная с младшего дошкольного возраста, при этом мероприятия должны проводиться в системе и комплексно.

**1 часть «Дыхательная гимнастика»**

Дыхание - одна из функций жизнеобеспечения человека. Дыхание также является важной частью речи. К органам дыхания относятся:

- грудная клетка;

- лёгкие;

-дыхательные пути *(наружный нос, полость носа, глотка, гортань, трахея, бронхи)*.

Различают два вида дыхания:

- физиологическое *(неречевое)*;

- речевое *(фонационное)*.

Речевое *(или фонационное)* дыхание- основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и чёткое произношение звуков.

Физиологи различают три способа дыхания:

- верхнее дыхание *(ключичное)*;

- среднее дыхание *(грудное);*

- реберное *(диафрагмальное).*

Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи является диафрагмальное, или его ещё называют диафрагмально- реберное, дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и межреберных мышц. Активна нижняя, самая ёмкая часть лёгких. Верхние отделы грудной клетки, а также плечи практически остаются неподвижными.

Многие дети пользуются верхне-грудным дыханием, часто совершают вдох с резким поднятием плеч, также не умеют рационально расходовать воздух в процессе речевого высказывания, добирают воздух почти перед каждым словом.

У детей без отклонений в развитии дыхательная функция формируется спонтанно. Речевое дыхание у таких детей также развивается по мере становления речевой функции.

В норме речевое дыхание окончательно формируется у детей к 10-летнему возрасту.

Физиологическое дыхание детей с речевыми нарушениями имеет свои особенности:

- дыхание поверхностное, верхне-реберного типа;

- ритм дыхания неустойчив, легко нарушается при физической и эмоциональной нагрузке;

- объём лёгких существенно ниже возрастной нормы.

Соответственно, и речевое дыхание у таких детей развивается патологически. В процессе речевого высказывания у них отмечаются:

- задержка дыхания;

- судорожное сокращения мышц диафрагмы и грудной клетки;

- дополнительные вдохи.

Для профилактики речевых нарушений с воспитанниками младшего дошкольного возраста рекомендуется проводить работу по формированию речевого дыхания. Это могут одно-два упражнения из комплекса дыхательной гимнастики.

Упражнения проводятся перед артикуляционной гимнастикой и направлены, в основном, на выработку направленной воздушной струи, необходимой для произнесения большинства звуков русского языка.

Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

- Проводить упражнения в хорошо проветренном помещении.

- Занятия проводить до еды.

- Заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде.

- Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.

- Выдох должен быть длительным, плавным.

- Необходимо следить, чтобы не надувались щеки *(на начальном этапе можно прижимать их ладонями)*.

- В процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота.

- Упражнения можно выполнять как в положении сидя и стоя.

- Достаточно трёх-пяти повторений.

- Дозировать количество и темп проведения упражнений.

- После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.

**Виды пособий для дыхательной гимнастики:**

- Всевозможные вертушки *(в том числе мельница для воды и песка)*.

- Легкие мячики из пенопласта, пластмассы, дерева, и металла.

- Компьютерные игры (умное лого-зеркало со встроенными программами).

**Дыхательные игровые упражнения для формирования направленной воздушной струи**: "Футбол", "Подуем на султанчики", "Ветреная мельница", "Снегопад", "Листопад", "Бабочка", "Кораблик", "Живые предметы", "Шторм в стакане", "Задуй свечу".

Отдельное внимание хочется уделить дыхательной гимнастике Александры Николаевны Стрельниковой, упражнения которой адаптированы и для детей. Эта гимнастика особенно эффективна при коррекции заикания.

**Практическая часть**

Дыхательные упражнения «Футбол», «Бабочка», «Стрекоза», «Буря» и *другое (педагог использует любой представленный тренажер)****.***

**2 часть «Артикуляционная гимнастика»**

Одним из условий нормального становления звукопроизношения является полноценная работа артикуляционного аппарата. Выработать чёткие и согласованные движения органов артикуляционного аппарата помогает артикуляционная гимнастика - совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы и подвижности органов, участвующих в речевом процессе. Цель артикуляционной гимнастики: вырабатывать полноценные движения и определенные положения органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

В течение дня бывают моменты, когда необходимо успокоить детей, переключить их с одного вида деятельности на другой, или требуется заполнить паузу, которая возникает при ожидании завтрака, обеда или ужина. Этот момент можно использовать для выполнения комплекса упражнений. Виды артикуляционных упражнений.

Упражнения бывают статические (неподвижные), направленные на удержание определенного положения губ, языка (5−10 секунд): чашечка, трубочка, киска…; и динамические (подвижные): лошадка, часики, качели, орешек… — требуют ритмичного повтора движений (по 6−8 раз), координации движений и переключаемости.

Организация работы

1. Артикуляционную гимнастику обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребенка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений, поэтому желательно гимнастику проводить перед зеркалом. Еще раз повторю: желательно, но необязательно.

2. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.

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

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

5. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики нужно соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме. Каждое упражнение имеет своё название, свой образ. Так ребенку легче запомнить движение. Очень интересный вариант артикуляционной гимнастики – это веселая артикуляционная сказка. Авторами придумано множество таких сказок, но каждый заинтересованный педагог с легкостью может придумать и свою сказку.

**Практическая часть**

Например, «Прогулка Язычка». Предлагаю повторять упражнения за мной, используя индивидуальное зеркало!. Жил-был Язычок в своем уютном домике (домик Язычка – это ротик). Однажды утром он проснулся, открыл дверь *(«Окошко»)* и вышел на крылечко *(«Блинчик»).* Язычок посмотрел на небо *(«Язычок к носику»),* там ярко светило солнышко. Решил Язычок пойти погулять лес, а лес был далеко, поэтому Язычок сел на свою Лошадку и поскакал *(«Лошадка»).* Лошадка скачет быстро/медленно. Прискакал Язычок на лесную полянку, а там красивые цветочки. Давайте понюхаем их *(упражнение на дыхание «Вдох – нос, выдох – ааааах»)* как много цветочков на полянке! Тсссс, слышите, кто-то стучит…..да это же дятел на дереве! *(«Дятел»).* Посмотрел Язычок на часы, они тикали…тик-так *(«Часики»).* Пора возвращаться домой. Язычок сел на лошадку и поскакал *(«Лошадка»).* Вернувшись домой, Язычок решил попить чай с вкусным вареньем *(«Вкусное варенье»),* почистил зубки *(«Чистить зубки»)* и лег спать. По моей практике, дети в любом возрасте с удовольствием выполняют все упражнения. Можно придумать множество вариантов таких сказок, используя разный набор упражнений.

**3 часть «Пальчиковые игры»**

Пальчиковые игры – это не что-то современное. Их существование было известно еще в давние времена у разных народов. В Китае, например, пользуются большой популярностью упражнения с шариками, перекатывание которых помогает улучшить память, укрепить сердечно-сосудистую систему и наладить работу пищеварительного тракта. Они снимают стресс, развивают ловкость и силу кисти. В Японии вместо шариков использовали грецкие орехи, а в России детей обучали таким известным играм, как «Коза рогатая», «Сорока-ворона» и «Ладушки».

И на сегодняшний день значение пальчиковых игр очень велико. Новизна данного опыта заключается в разработке системы работы по развитию речи детей младшего дошкольного возраста посредством пальчиковых игр. Но мы сегодня не будем углубляться в систему. Моя задача - познакомить вас или освежить в вашей памяти интересные игровые приемы, которые используются в детском саду при проведении пальчиковой гимнастики. Ведь как известно, развитие мелкой моторики напрямую связано с развитием артикуляционного аппарата и с развитием речи. Наверняка каждый замечал, когда ребенок увлеченно пытается что-то делать руками (стричь, складывать лист бумаги…), у него невольно начинает двигаться язычок. Кстати, это бывает и у взрослых.

Пальчиковые игры для развития речи приносят огромную пользу и одновременно радостное общение. Такие упражнения, совмещаемые с разучиванием текстов, стимулируют не только развитие речи, но и пространственное мышление, фантазию, внимание и быстроту реакций. А самое главное, что все тексты представлены в стихотворной форме, которая запоминается маленькими детьми лучше и легче всего. Ритм и особое построение слов воздействуют на них магически, успокаивают и утешают. Примеры игр с предметами.

|  |  |
| --- | --- |
| *Игра с горошком* Дома я одна скучала, Горсть горошинок достала. Прежде чем игру начать, Надо пальчику сказать:- Пальчик, пальчик,мой хороший, Ты прижми к столу горошек, Покрути и покатай И другому передай. | *Берем горошину и катаем ее между большим и указательным пальцем.**Перекладываем горошину в другую руку**Перекладываем* *Перекладываем* *Катаем горошину, прижав указательным пальцем к столу**Перекладываем**Перекладываем* *Перекладываем*  |
| *Карандаш* Карандаш в руках катаю, Между пальчиков верчу. Непременно каждый пальчик Быть послушным научу. | *Перекатываем между пальцами или ладонями 6тигранный карандаш* |
| *Шишки* Раз, два, три, четыре, пять,Шишку будем мы катать.Шишку будем мы катать,Раз, два, три, четыре, пять.Сосновая шишка нам колет ладошки.Мы покатаем шишку немножко. | *Катаем шишку между ладонями* |
| *Шишка*Шишку я в руке держуТо сожму, то разожмуПоиграю с нею –Ладони разогрею.Вот сжимаю правоюВот сжимаю левою.Буду шишки я сжимать,Буду руки укреплять. | *Сжимаем шишку в руке, перекладывая ее* |

При проведении пальчиковых игр можно использовать: катушки, камешки, нитки, массажные мячики, массажные пружинки, грецкие орехи, пластилин, резинки для волос, пластиковые крышки и многое другое, безопасное для детей.

В заключении хотелось бы сказать, регулярное проведение упражнений с детьми является своеобразной профилактикой возникновения и коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста. Поэтому всем рекомендую взять на вооружение идеи, предложенные мною, а на основе этих идей придумать свои новые варианты.

Спасибо за внимание.