



Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад № 12
«Буратино» общеразвивающего вида»
г. Нурлат Республики Татарстан

Консультационный центр «Первые шаги»



Консультация для родителей
«Традиционные и нетрадиционные
упражнения для развития мышц речевого
аппарата»

Консультант КЦ, учитель-логопед
I квалификационной категории
Бакирова Лилия Фанисовна

Оптимизация средств коррекционной — образовательной работы с дошкольниками предполагает совершенствование традиционных и поиск новых ресурсов согласно ФГОС ОУ, которые способствуют её четкой и эффективной организации. В нашем дошкольном образовательном учреждении используется комплексный подход к ребенку всех специалистов по коррекции речевых нарушений у каждого дошкольника. Речь теснейшим образом связана со всеми сторонами психического развития ребенка. Восприятие, память, мышление, моторные навыки, целенаправленное поведение формируется с прямым участием речи.

Поэтому я в своей работе использую самые разнообразные методы и средства для развития речевых возможностей ребенка. Мною была подобрана и разработана гимнастика для стимуляции речевых центров, которая представляет собой систему упражнений для коррекции речи. Её можно проводить как на образовательной деятельности, так и в самостоятельной деятельности детей. Данные комплексы гимнастики для стимуляции деятельности речевых центров с детьми с тяжелыми нарушениями речи, подчиняются лексическим темам и включают в себя:

- артикуляционную гимнастику
- пальчиковые игротренинги
- динамические паузы
- самомассаж рук
- самомассаж лица
- дыхательную гимнастику
- кинезиологические упражнения.
- пальчиковые игротренинги.
- пальчиковые игротренинги.

В устной речи любого народа можно встретить короткие стихи, которые сопровождаются движениями пальцев, например, «Сорока – белобока...». Люди давно заметили, что движение рук и пальцев, сопровождаемые короткими стихами, благотворно действуют на развитие детей. А уже в наше время сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН РФ доказали взаимосвязь двигательных и речевых центров в коре головного мозга.

Экспериментально доказано, что уровень развития речи детей зависит от степени сформированности мелкой моторики пальцев рук (Кольцова М.И., Исенина Е.И., Фомина Л.В.). Поэтому пальчиковые игротренинги должны быть разнообразными, эмоционально-приятными, неустойчивыми, динамичными, проводимые в хорошем темпе, с веселым настроением. Содержание пальчикового игротренинга согласуется с лексической темой, изучаемой в группе на данной неделе. Мы совместно с воспитателями разработали

картотеку для удобства в практической работе *«Игры и упражнения для развития общей и мелкой моторики»*.

Динамическая пауза.

Динамическая пауза – это комплекс движений, который сочетается с речевым сопровождением; она способствует развитию в речи — двигательного и слухового анализаторов, закреплению двигательных навыков и правильному произношению. Динамические паузы мы используем в разных видах занятий, бытовой деятельности, в процессе наблюдений в природе, в качестве физкультминутки.

Массаж и самомассаж.

Ещё одна нетрадиционная форма, используемая в работе: массаж и самомассаж. Как лечебное средство массаж был известен еще в глубокой древности. Одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нарушениями к письму является самомассаж рук. Мы учим детей делать себе массаж предплечья, кистей и пальцев рук. Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений. Также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благоприятно развивается речевая функция.

Самомассаж рук улучшает координацию произвольных движений, восстанавливает ослабленные мышцы — при гипотонусе, помогает снять излишнее напряжение — при гипертонусе. Специальные упражнения по самомассажу способствуют развитию внимания, произвольному переключению движений — торможению ненужных и активизации необходимых. Это, в свою очередь, поможет детям с речевым недоразвитием старшего возраста направить внимание не столько на техническую сторону выполнения задания, сколько на контроль выполненной работы.

Нами были подобраны упражнения, которые комплексно могут влиять на развитие речи и интеллектуальные способности ребенка. При обучении детей самомассажу используются массажные движения по ладоням, кистям и предплечьям обеих рук: поглаживание, растирание, легкое вдавливание кончиками пальцев при массировании, легкое пощипывание, похлопывание, сгибание и разгибание пальчиков (как все вместе, так и поочередно). Используются упражнения с нетрадиционным материалом: катание грецкого ореха, шарика, мяча, цилиндра, катание ребристого карандаша как по внутренней, так и по тыльной сторонам руки, имитация скатывания колобка, палочек (как в лепке), сжимание резиновых игрушек разной плоскости и др.

С детьми старшего дошкольного возраста самомассаж мы проводим 2 раза в день, причем начинать учебную деятельность полезно именно с самомассажа.

Мы используем его и в качестве физкультминутки на занятиях, на прогулке и пр. Дети старшего возраста самомассаж выполняют по 2 — 3 минуты, 2 — 3 повторения. Начинать следует с прогревающих движений, так как согревание делает мышцы более податливыми, помогает избежать болевых ощущений. самомассаж делается на обеих руках попеременно. Выполнение можно сопровождать стишками или счетом.

Таким образом наши наблюдения позволяют сделать вывод, что дети дошкольного возраста, имеющие общее недоразвитие речи, в процессе коллективных игровых действий становятся более уверенными, моторно-активными, усваивают правила, которые затем переносят в самостоятельную игровую деятельность.

Проведение пальчиковых игротренингов, динамических пауз, самомассажа предупреждает переутомление дошкольников, служит средством эмоциональной разрядки, снимает статическую нагрузку, раскрепощает моторику и речь детей, позволяет достичь наибольшего коррекционно-обучающего эффекта.

А теперь более подробно познакомим с различными видами коррекционного воздействия по стимуляции речевых центров вне занятий.

Дыхание — важнейший физиологический процесс, осуществляемый дыхательными центрами нервной системы. Состоит из трёх фаз: выдоха, паузы и вдоха, которые непрерывно и ритмично следуют одна за другой.

Мы учитываем доступность выполнения упражнений, возраст дошкольников, уровень подготовки, частоту и тяжесть лор — заболеваний (например, дыхательная гимнастика не выполняется, если у ребёнка имеется мед.отвод по ЛОР заболеванию), сложность речевых и медицинских диагнозов.

Я подбираю и планирую, упражнения и игры по формированию правильного дыхания, провожу обучающий этап (индивидуальный или подгрупповой). Воспитатели, закрепляют изученные упражнения во время ежедневной дыхательной гимнастики, как элемент утренней гимнастики и на музыкальных занятиях (в тесной связи с музыкальным руководителем).

Работа над формированием правильного дыхания ведётся в нашей группе систематически, с постепенным усложнением. В старшей группе мы работаем с дыхательной гимнастикой по программе «*Старт*». В подготовительной группе упражнения будут усложняться, запланированы упражнения для развития грудобрюшного типа с включением элементов

Традиционные и нетрадиционные упражнения для развития мышц речевого аппарата.

Дыхательная гимнастика проводится в игровой форме, разбита на три комплекса. Все они связаны между собой по степени увеличения физической нагрузки на определённые мышцы дыхательной системы и по технике выполнения.

В первом комплексе больше внимания уделяется типам дыхания — успокаивающе — восстанавливающему и очистительному (упражнения выполняются без особого напряжения мышц).

Второй комплекс направлен на укрепление носоглотки, верхних дыхательных путей и лёгких с напряжением тонуса определённых мышц.

Третий комплекс в основном направлен на укрепление мышечного тонуса всей дыхательной системы.

Ещё одной неотъемлемой частью коррекционной работы является артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика — это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц речевого аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированных движений органов, принимающих участие в речи.

Цель — выработка полноценных движений и определенных положений органов речедвигательного аппарата, умение синтезировать простые движения в сложные, что особенно необходимо для правильного произнесения звуков родного языка.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков (фонем) и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии (причины). Гимнастика включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки всевозможных положений губ, языка, мягкого нёба, так необходимых для правильного произнесения той или иной фонемы языка.

Принцип отбора артикуляционных упражнений зависит от особенностей структуры дефекта звукопроизношения, его причины возникновения. Наиболее тщательно отрабатываются те движения, которые нуждаются в исправлении и необходимы для постановки звука. Подбор артикуляционных упражнений осуществляет логопед. Логопед проводит индивидуальное постепенное обучение каждому упражнению. Воспитатель по заданию логопеда закрепляет у детей движения и положения органов артикуляционного аппарата с помощью игровых упражнений артикуляционной гимнастики. Упражнения должны быть целенаправленными: важно не их количество, а правильный подбор и качество выполнения. Сначала упражнения выполняются в несколько замедленном темпе, обязательно перед зеркалом, с целью зрительного самоконтроля.

Каждому упражнению в соответствии с выполняемым действием придумывается игровой образ. Например: движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы называются «*Качели*». К этому упражнению подбирается картинка — образ, которая удерживает внимание ребёнка. Мы также создали картотеку упражнений артикуляционной гимнастики.

Дозировка одного и того же упражнения строго индивидуальна для каждого ребёнка, определяется логопедом. Артикуляционную гимнастику обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребёнка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии.

Гимнастика не должна проводиться шаблонно, скучно; необходимо создать благоприятные условия, положительный эмоциональный настрой, поэтому мы используем как традиционные, так и нетрадиционные методы.

Нетрадиционные формы проведения артикуляционной гимнастики:

путешествие Весёлого Язычка (комплекс игровых упражнений, связанных темой, сочетающий в себе движения языка, рук и ног, фонационную ритмику). Этот интересный комплекс является итоговым, объединяет в себе все хорошо изученные упражнения артикуляционной гимнастики

биоэнергопластика (соединение движений артикуляционного аппарата с движением кистей рук, которые имитируют движения языка или челюсти). Но эти упражнения доступны не всем детям. Например: детям с дизартрией сложно скоординировать несколько движений одновременно, с ними мы используем эту форму в подготовительной группе, когда уровень подвижности артикуляционного аппарата улучшается. Подгруппа детей с дислалией может выполнять её в старшей группе

«*Театр пальчиков и языка*» — интересный лексический материал объединяет движения артикуляционного аппарата и мелкой моторики. Мы используем эту форму в подготовительной группе.

Важно поощрять успехи ребёнка, систематически показывать ему его достижения, подбадривать.

Совместно с воспитателями в своей работе используем самые разнообразные методы и средства развития интеллектуальных и речевых возможностей. Мы стали использовать нетрадиционные: кинезиологические упражнения (по методике А.Л. Сиротюку). Это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Данные нетрадиционные упражнения повышают стрессустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. Упражнения проводим индивидуально и с подгруппой детей ежедневно по 3-5 минут (утром или между занятиями). Для постепенного усложнения

упражнений можно использовать: ускорение темпа выполнения, выполнение с легко прикушенным языком и закрытыми глазами (исключительно речевого и зрительного контроля), подключение дыхательных упражнений и метода визуализации.

Комплексный подход к коррекции речевых нарушений у дошкольников предполагает активное участие в этом процессе родителей. Родители нашей группы всегда в курсе того, что изучают и чем занимаются дети. Различные формы работы с родителями (родительские собрания с показом занятий, элементов оздоровительной работы день открытых дверей, индивидуальные беседы и консультации по интересующим вопросам, тренинги, практикумы, информационные стенды, анкетирование) позволяют повысить их грамотность в области коррекционной педагогики, пробуждают интерес и желание заниматься со своими детьми.

Использование и внедрение в логопедическую работу нетрадиционных педагогических технологий дает возможность компенсировать нарушения речи, предупредить вторичные отклонения, подготовить детей к последующему обучению в школе. Нетрадиционные методы логопедического воздействия включены в работу и используются комплексно на занятиях специалистов. Данные методы могут быть предложены как в виде самостоятельных занятий, так и могут быть введены в структуру индивидуальных и подгрупповых логопедических занятий. Упражнения выполняют дети и дома с родителями. Такой подход предусматривает оптимальную коррекцию речевых дефектов, развитие психических функций, укрепления здоровья детей, через применение индивидуального подхода в системе комплексного преодоления общего недоразвития речи.