

Мастер класс для педагогов

«Применение различных видов гимнастик с детьми дошкольного возраста по развитию речи (артикуляционная, дыхательная, релаксационная, пальчиковая гимнастика, самомассаж)

Правильная, грамотная и четкая речь - это не дар, она приобретается благодаря усилиям логопедов, воспитателей и родителей. Воспитатель имеет возможность систематически, ежедневно проводить артикуляционные гимнастики.

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объём и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую для произнесения того или иного звука.

Детям 2-4-х лет: артикуляционная гимнастика поможет быстрее «поставить» правильное произношение, обрести целенаправленность движений языка

Цель: формирование у детей четкой, чистой и правильной речи. Вырабатывать полноценные движения и определенные положения органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

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

Длительность артикуляционной гимнастики не превышает 5 минут.

Для младших дошкольников не более 2-3 упражнений за 1 раз. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут.

Поначалу артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом. Ребёнок должен видеть, что язык делает. После того, как он немного освоится, зеркало можно убрать.

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений.. Упражнения надо выполнять медленно. Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следить за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла. На первых занятиях упражнение повторяется 2-3 раза в связи с повышенной истощаемостью упражняемой мышцы, в дальнейшем каждое упражнение выполняется до 10-15 раз.

« Шарик» (ясельная группа)

Шарик слева, шарик справа,

Есть у нас одна забава:

В щеки дуем – чередуем,

То в одну, а то в другую.

Цель: укреплять мускулатуру щек. Развивать координацию движений и умение переключаться.

Описание: Ребёнок в спокойном темпе поочерёдно надувает правую и левую щёки, как бы перегоняя воздух из одной щёки в другую.

Чередование «Хоботок» - «Улыбка» -(средний возраст)

«Домик открывается».

Улыбается ребенок,

Хобот вытянул слоненок.

Вот зевает бегемот,

Широко открыв свой рот.

Цель: укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путем переключения позиций губ. Развивать произвольное внимание.

Описание: Упражнение выполняется в форме игры «Делай, как я». Взрослый выполняет поочередно движения губами в любом порядке («у – и – а», «а – у – и», «и – у – а»), удерживая губы в каждой позиции 3-5 секунд, а ребёнок повторяет.

1. **Упражнения для губ и щек:(подготов группа)**

«Кувшины с узким и широким горлышком». Вытягивать губы то узкой, то широкой «трубочкой». Самовар. Надувать обе щеки одновременно.
«Рыбки разговаривают». Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук). Надувание щек поочередно.

2. **Упражнения для языка:**

- «Язычок-листок прикрыл яблочка бочок». Поднять язык вверх и закрыть верхнюю губу. Опустить вниз и закрыть нижнюю губу.
- «Бублик», «Рупор» - Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.
- «Грибок». Рот открыт. Язык присосать к нёбу.
- «Почистить зубы». Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.
- «Индюк».

Цель: Вырабатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части.

Описание: Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы - как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл (как индюк болобочет).

Дыхательная гимнастика

Ключевая цель дыхательной гимнастики — научить дошкольника правильно дышать, а значит, укрепить его здоровье. Лёгкие должны максимально наполняться в процессе вдоха, грудная клетка — расширяться. При выдохе крайне важно, чтобы высвободился весь воздух, в противном случае оставшийся

будет ограничивать поступление нового в необходимом объёме.

Наряду с этим, существуют и упражнения, напротив, нацеленные на тренировку быстрого дыхания. Они имеют свою пользу — помогают укреплению носоглотки и гортани.

Дыхательная гимнастика для младших групп.

Для того чтоб помочь ребёнку поскорее справиться с кашлем, предлагаю вам игровой комплекс дыхательной гимнастики (*для детей с 2-х лет*). Этот комплекс развивает дыхательную мускулатуру, речевой аппарат, координацию движений, мышцы рук и позвоночника, способствует правильному ритмичному дыханию и произнесению звуков.

Упражнение 1. ПУЗЫРИКИ.

Пусть малыш сделает глубокий вдох через нос, надует «щёчки – пузырьки» и медленно выдыхает через чуть приоткрытый рот. Повторить 2 – 3 раза.

Упражнение 2. НАСОСИК.

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

«Пушок» (для старшего возраста)

Цель: формирование дыхательного аппарата.

Привяжите на верёвочку лёгкое пёрышко. Предложите ребёнку дуть на него. Необходимо следить за тем, чтобы вдох делался только носом, а выдох - через сложенные трубочкой губы.

Пальчиковая гимнастика в ДОУ

— это комплекс упражнений, который способствует развитию мелкой моторики, внимания и мышления.

Некоторые правила проведения:

Перед каждой игрой нужно настроить детей и заинтересовать их. При разучивании новой игры все движения пальцев и рук выполняются взрослым медленно. Если ребёнок не может самостоятельно выполнить требуемое движение, нужно взять его руку в свою и действовать вместе с ним.

Пальчиковые игры нужно проводить ежедневно и систематически, чтобы приобретённые навыки закреплялись.

Продолжительность пальчиковых игр зависит от возраста детей: для младшего дошкольного возраста (до 3–4 лет) рекомендуемое время — от 3 до 5 минут, для среднего и старшего дошкольного возраста (4–7 лет) — 10–15 минут в день.

1 мл группа

<p>Зима Снег ложится на дома, Улицы и крыши. Тихо! К нам идёт зима, Мы её не слышим... Что зимой мы любим делать? В снежки играть, На лыжах бегать, На коньках по льду кататься, Вниз с горы на санках мчаться.</p>	<p><i>(Руки разводим в стороны, ладонями вниз.)</i> <i>(Руки «домиком».)</i> <i>(Палец к губам.)</i> <i>(«Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)</i> <i>(Рука за ухом.)</i> <i>(Поочерёдно соединяют большой палец с остальными.)</i></p>
<p>«Этот пальчик...» Этот пальчик - дедушка, Этот пальчик – бабушка, Этот пальчик – папочка, Этот пальчик – мамочка, Этот пальчик – я, Вот и вся моя семья!</p>	<p><i>Загните большой палец.</i> <i>Загните указательный палец.</i> <i>Загните средний палец. Средний возраст</i> <i>Загните безымянный палец.</i> <i>Загните мизинец.</i> <i>Вращайте кисть, разведя пальцы в стороны</i></p>
<p>Компот Будем мы варить компот, Фруктов нужно много вот: Будем яблоки крошить, Грушу будим, мы рубить. Отожмем лимонный сок, Слив положим и песок. Варим, варим мы компот. Угостим честной народ.</p>	<p><i>Левую ладошку держат «ковшиком» пальцем правой руки л...</i> <i>Загибают пальчики по одному, начиная с большого.</i></p> <p><i>Опять варят и мешают</i> Подгот</p>

Игровой самомассаж в ДОУ

является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение.

Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Ольга Игоревна Крупенчук

Логопед высшей категории, автор массажных логопедических зондов и многочисленных публикаций в логопедии.

Можно зонды заменить палочкой или трубочкой коктейльной.

Самомассаж с детьми дошкольного возраста проводится в игровой форме и направлен на развитие интеллектуальных функций, двигательной памяти и повышение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям.

Некоторые правила проведения самомассажа:

Дети принимают спокойную, расслабленную позу: могут сидеть на стульчиках или на ковре, или находиться в положении лёжа (например, в кроватках после дневного сна).

Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять от 2 до 10 минут. Каждое движение выполняется в среднем 4–6 раз.

При проведении самомассажа используют поглаживание, растирание, разминание, вибрацию и лёгкие постукивания. При этом рекомендуется обучать детей не давить с силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев, слегка надавливая или легко поглаживая.

Для самомассажа можно использовать нетрадиционные материалы: сосновые и еловые шишки, каштаны, грецкие орехи, бигуди-липучки, ребристые карандаши.

При проведении самомассажа необходимо постоянное наблюдение за самочувствием и индивидуальной реакцией детей.

У нас в группе су-джок

Релаксационная гимнастика с детьми дошкольного возраста.

Релаксация - глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

Цель релаксации:

способствование снятия у детей внутреннего мышечного напряжения, приведению нервной системы и психики дошкольников в нормальное состояние покоя

Релаксационные упражнения могут быть использованы в комплексе утренней гимнастики, как физкультминутка на занятии, перед сном, индивидуально с гиперактивными детьми и в любом режимном моменте в течение дня.

Все релаксации проводятся под спокойную расслабляющую музыку.

Текст читается спокойно, достаточно громким голосом, в размеренном темпе, с соблюдением пауз. Некоторые смысловые фразы проговариваются два раза.

Перед проведением релаксации педагог поясняет, какую позу или исходное положение нужно принять, а в ходе релаксационных упражнений контролирует степень расслабления детей.

- на расслабления мышц лица
- на расслабление мышц живота
- На расслабление мышц рук ног
- на расслабление всего организма

Подводя итоги нашей встречи, хочется отметить, что использование подобных простых в исполнении игр и упражнений помогут добиться отличных результатов, а ваши воспитанники научатся говорить четко, чисто и правильно.

