

**Артикуляционная гимнастика**

Дефекты речи могут серьёзно отравить жизнь ребёнка, ведь часто они становятся поводом для шуток и насмешек среди детей.

Неправильное произношение звуков происходит из-за несовершенства артикуляционного аппарата. Так называют совокупность органов, участвующих в порождении звука: гортань, губы, язык, челюсть и др. И так же, как родители развивают физические данные ребёнка физкультурой, этим органам необходима гимнастика.

**Зачем нужна гимнастика?**

Всем ли она нужна, и зачем выполнять упражнения, если о дефектах речи говорить пока ещё рано? Всем. Детям 2 – 4 лет она поможет укрепить мышцы артикуляционного аппарата, обрести подвижность языка. К 5 – 7 годам можно исправить уже сложившиеся нарушения. Здесь важно понять, что чем раньше вы начнете занятия, тем более вероятен положительный результат. Ближе к школьному возрасту и в начальных классах дефекты речи очень сложно и порой невозможно исправить даже с логопедом.

Иногда дети правильно произносят звуки, но из-за вялости звукопроизношения получается «каша во рту». Данное явление считается невыраженным отклонением развития речи и называется стёртой формой дизартрии.

**Основные правила гимнастики**

Занятия должны стать системой для вас и ребёнка, только регулярные тренировки могут дать результат.

О чём ещё нужно знать:

-продолжительность проведения «зарядки для язычка» зависит от утомляемости крохи, но не более 10 минут;

-во время занятий малыш сидит перед зеркалом, чтобы видеть свой язык;

- не принуждайте кроху, лучше превратите тренировки в игру;

-занятия проводятся в размеренном темпе, по 4 – 5 упражнений за сеанс;

-если малышу сложно повторить за вами артикуляционное движение, помогите ему ручкой чайной ложки;

-задача родителей следить за правильностью и плавностью выполнения действий, иначе гимнастика не имеет смысла.



**Виды упражнений**

Артикуляционные упражнения бывают статические (язык неподвижно фиксируется в определённом положении) и динамические (участвуют все органы речевого аппарата).

*Статические упражнения*

При их выполнении важно не только показать положение языка, но и удержать позу около 7 – 10 секунд.

«Лопатка». Широко открываем рот, «укладываем» расслабленный язычок на нижнюю губу.

«Грибочек». Присасываем к нёбу язык и насколько возможно открываем рот.

«Хоботок». Сомкнутые губы максимально вытягиваем вперед «трубочкой» и удерживаем в течение 5 – 10 секунд.

*Динамические упражнения*

Выполнение упражнений происходит под счет, где ритмично меняется положение органов речи.   
«Часики». Приоткрываем рот и улыбаемся. Делаем язычок узким, его кончиком тянемся к уголкам рта.

«Качели». Открываем рот и тянемся язычком то к подбородку, то к носу.

«Где конфетка». Губы сомкнуты, поочередно упираемся языком в каждую щеку.

«Лошадка». Фиксируем язычок, как в упражнении «грибочек», и сильно цокаем.

Как видно, движения очень просты, и выполнять их можно даже без логопеда.



**Дыхательная гимнастика для речевого развития.**

Важной частью речи является дыхание. К органам дыхания относятся: грудная клетка, легкие и дыхательные пути.

Физиологическое, или жизненное, дыхание складывается из вдоха и выдоха, которые сменяют друг друга. Дыхание призвано поддерживать жизнь в организме путем газообмена.

Речевое дыхание призвано участвовать в создании голосового звучания на равномерном выдохе. Оно отличается от жизненного тем, что это управляемый процесс. В речи вдох короткий, а выдох длинный. Речевое дыхание считается неправильным, если дыхание учащено, выдох укорочен, слишком большой вдох или добор воздуха заметен для окружающих.

Наиболее правильное, целесообразное и удобное для речи диафрагмально – рёберное дыхание.

 Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным вдохом, профилактике болезней дыхательных путей.

 Правильное носовое дыхание способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.

 В дошкольном возрасте дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание. Правильное речевое дыхание – основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи, научите ребенка дуть тонкой струйкой на легкие игрушки, шарики, кораблики на воде (щеки раздувать нельзя!).

**Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:**

• Выполнять упражнения каждый день по 3-6 мин;  
• Заниматься до еды;  
• Заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;  
• Вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать – 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 опускать при выдохе;  
• После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 с.

**Игровые упражнения**

*«Каша кипит».*

Исходное положение (ИП): сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот и набирая воздух в легкие – вдох, опуская грудь (выдыхая воздух) и выпячивая живот – выдох. При выдохе громко произносить звук «ф-ф-ф-ф». Повторить 3-4 раза.

*«Бегемотик».*

(облегченный вариант предыдущего упр.) ИП: лежа или сидя. Ребенок кладет ладонь на область диафрагмы и глубоко дышит. Вдох и выдох производится через нос. Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох).

*«Часики».*

ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

*«Шарик»*

ИП: ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух» - ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

*«Паровозик».*

Ходьба, делая попеременные движения руками и приговаривая: «чух-чух-чух». Через определенные промежутки времени можно останавливаться и говорить «ту-тууу». Продолжительность – до 30 секунд.

Вырасти большой. ИП: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз.

*«Гуси летят»*.

Медленная ходьба. На вдох – руки поднять в стороны, на выдох - опустить вниз с произнесением длинного звука «г-у-у-у».

*«Бросим мяч»*.

ИП: стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперед, при выдохе длительное «у-х-х-х». Повторить 5-6 раз.

Обычно последнее упражнение перерастает в игру с мячом, пока кому-то (взрослому или ребенку) не надоест.

*«Воздушный шарик»*.

ИП: Лежа на полу, ребенок кладет руки на живот. Делая медленный глубокий вдох, надувает живот, одновременно представляя, что в животе надувается воздушный шарик. Задерживает дыхание на 5 секунд. Делает медленный выдох, живот сдувается. Задерживает дыхание на 5 секунд. Выполняется 5 раз подряд.

*«Волна».*

ИП: лежа на полу, ноги вместе, руки по швам. На вдохе руки поднимаются над головой, касаясь пола, на выдохе медленно возвращаются в исходное положение. Одновременно с выдохом ребенок говорит "Вни-и-и-з". После освоения ребенком этого упражнения проговаривание отменяется.



**Пальчиковая гимнастика для дошкольников**

*В. А. Сухомлинский писал:*

*"Чем больше уверенности в движении детской руки, тем ярче речь ребенка, чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее".*

Люди давно заметили, что движения 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, что тонкие движения пальцев рук положительно влияют на развитие детской речи.

Что же происходит, когда ребёнок занимается пальчиковой гимнастикой?

Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.

Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.

Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.

Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.

Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений (лучшему запоминанию поможет яркий рисунок на правой странице).   У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет "рассказывать руками" целые истории. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Упражнения будут полезны не только детям с задержкой в развитии речи или какими-либо её нарушениями, но и детям, у которых речевое развитие происходит своевременно.

Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут застёгивать пуговицы, шнуровать

ботинки. Им трудно работать с мелким конструктором и другими мелкими предметами.

В этом случае очень хорошо зарекомендовала себя разнообразная предметная деятельность:

- застегивание и расстегивание пуговиц;

- всевозможные шнуровки;

- нанизывание колец на тесьму;

- игры с мозаикой;

- игры с конструктором;

- сортировка круп, зёрен *(гречка - горох, фасоль бобы)*.

*Хорошими помощниками для развития мелкой моторики у детей являются развивающие игрушки:*

*Игрушки-шнуровки* - дают возможность придумать множество игр;

Деревянная пирамидка - помогает развивать мелкую моторику, логическое мышление, освоение новых форм, размеров, цвета; изготовленная из дерева несет в себе положительную энергию, приятно держать в руках, всегда теплое на ощупь;

*Кубики* - развитие не только мелкой моторики и пространственного мышления, но и развитие внимания и логики;

*Конструкторы* - развивают пространственное мышление, моторику, творческие способности;

*Рамки и вкладыши* - способствуют развитию мелкой моторки рук, самостоятельности, внимания, цветового восприятия предмета, логического и ассоциативного мышления;

*Фигурки на магнитах* - развивают мелкую моторику, координацию движений, пространственного мышления;

*Пазлы* - развитие внимания, сообразительности, логического мышления, координированной работы глаз и кистей рук;

*Мозаика* - способствует развитию мелкой моторики, сообразительности и творческих способностей ребенка.

Чем «умнее» руки, тем умнее ребенок. Приобретая игрушки для развития мелкой моторики у детей, важно помнить, что только совместная деятельность взрослого и ребенка даст положительный результат. Умелыми пальцы становятся не сразу. Главное помнить золотое правило: игры и упражнения, пальчиковые разминки должны проводиться систематически.



**Что такое логопункт?**

Логопедический пункт (сокращенно "логопункт") - это место, где оказывается помощь детям с речевыми нарушениями без перевода ребенка в другую (специализированную логопедическую ) группу.

Основной задачей дошкольных образовательных учреждений общего вида (то есть обычных детских садов) является реализация общеобразовательной программы.

**Каких детей берут на логопункт?**

На логопедический пункт зачисляются дети с 5 лет с несложными (по сравнению с диагнозами для логопедических садов) речевыми нарушениями.

На логопедические пункты берут не всех детей обычного детского сада, а только самых нуждающихся в помощи. Существует очередность в зависимости от степени тяжести нарушения речи. В первую очередь зачисляются дети 6 лет, которым через год поступать в школу, то есть ребята из подготовительной группы, а также те, кто не закончил занятия с логопедом в прошлом учебном году. На оставшиеся места зачисляется часть детей старшей группы. Все остальные, нуждающиеся в помощи логопеда, ставятся в очередь. о есть ребята

**С каким диагнозом (логопедическим заключением) можно попасть на логопункт?**

Чаще всего принимаются дети с такими логопедическими заключениями:

• нарушение произношения отдельных звуков (у детей с дислалией, дизартрией или стертой формой дизартрии)

- ФНР;

• фонетико - фонематическое недоразвитие речи (у детей с дислалией, дизартрией или стертой формой дизартрии)

- ФФНР;

• ОНР третьего уровня у детей с дизартрией или стертой формой дизартрии,

или НВОНР

- не резко выраженное общее недоразвитие речи или ОНР четвертого уровня.

**Сколько детей зачисляется на логопункт?**

Количество детей, одновременно занимающихся на логопедическом пункте, не должно превышать 20 человек. Так как логопедическая помощь требуется большому количеству детей с разными видами речевых диагнозов, то сроки работы с каждым из детей могут сильно различаться. Поэтому из логопункта в детском саду дети выпускаются не всей группой, а индивидуально, по мере исправления речевого нарушения, а на освободившееся место сразу же зачисляется другой ребенок из стоящих на очереди.

Таким образом, логопункт в детском саду -это открытая и крайне подвижная система.

В одиночку решить задачу полной коррекции речи детей логопеду очень тяжело, поэтому он усиленно привлекает к работе и родителей, и специалистов детского сада.

**Для успешного исправления речи детей просто необходима помощь родителей!**

**Они должны выполнять все рекомендации логопеда, регулярно посещать консультации со специалистом, выполнять домашние задания, которые выдаются один раз в неделю. И, конечно, со стороны родителей необходим пристальный контроль за речью малыша.**

