Мовленнєва гімнастика у навчально-виховному процесі закладу дошкільної освіти -Консультація для вихователів

 14 лют. 2024 р.

**Використання мовленнєвої гімнастики в навчально-виховному процесі ЗДО**

     Програма розвитку дитини дошкільного віку «Дитина» зазначає, що кожного малюка потрібно навчати мовленнєвої культури:

* залежно від ситуації говорити голосно або тихо;
* вибирати сприятливий темп і тон голосу;
* правильно користуватися мовленнєвим диханням;
* слідкувати за інтонацією й темпом свого мовлення;
* використовувати правильний наголос і чітке вимовляння звуків.

     Вихователь має широкий арсенал можливостей для виховання мовленнєвої культури.

Один з них – використання вправ мовленнєвої гімнастики в різних режимних моментах навчально-виховного процесу, а саме:

* у ранковій гімнастиці та корекційній гімнастиці після сну;
* у різних видах занять;
* у фізкультпаузах і фізкультхвилинках;
* в усіх видах ігор.

**Мовленнєва гімнастика включає:**

* вправи для розвитку мімічних м’язів та м’язів губ;
* артикуляційну гімнастику;
* дихальну гімнастику;
* голосові вправи.

**Мовленнєва гімнастика за своїм призначенням може бути:**

* (вправи виконуються довільно в будь-якій послідовності) *розвивально-корекційною* (комплекс вправ спрямований  на подолання мовленнєвих вад і виховання правильної вимови звуків)

    **Методичні поради щодо проведення вправ мовленнєвої гімнастики**

***Вправи з розвитку мімічних м'язів і м'язів губ***

 вимагають певного емоційного і психологічного налаштування;

  не вимагають чіткого контролю з боку дорослого.

Під час їх проведення можна широко використовувати прийоми змагального характеру:

Хто краще?     Хто вправніше?"

  ***Артикуляційна гімнастика*** ***має значення для:***

* нормалізації швидкості та відпрацювання точності, ритмічності рухів мовленнєвих органів і переключення з однієї артикуляційної пози в іншу;
* зміцнення певних груп м'язів артикуляційного апарату;
* для формування певних поз язика.

*Проводячи артикуляційні вправи, слід пам'ятати:*

* артикуляційна гімнастика не повинна набридати дитині та спричиняти її перевтомлення;
* кожну вправу дитина має виконувати повільно, ритмічно й чітко;
* наприкінці кожної вправи органи мовленнєвого апарату повинні повернутися у вихідне положення, а потім – у стан спокою;

кількість повторень для кожної вікової групи різна:

* І молодша і IIмолодша групи — 3-4 рази,
* середня група — 4-5 разів,
* старша група — 5-6 разів.

***Дихальна гімнастика передбачає засвоєння дітьми різних видів вдихів і видихів:***

* через ніс, через рот;
* глибокий, неглибокий вдих;
* видих із затримкою повітря;
* сильний, легкий видих;
* короткий, довгий видих;
* комбінації (вдих через рот — видих через ніс,    вдих через ніс — видих через рот; вдих через ніс — видих через ніс, вдих через рот — ви­дих через рот).

***Головна мета дихальних вправ:***

* постановка нижньо діафрагмального дихання;
* вироблення подовженого видиху.

Найбільш правильним і доцільним типом для мовлення є нижньо діафрагмальне дихання, у якому бере участь найбільш містка частина легенів і найрухливіші від природи органи — діафрагма та нижні ребра. При цьому утворюється найвищий і стійкий стовп повітря в грудній клітці, що дозволяє виховувати сильний ротовий видих.

***Дихальна гімнастика передбачає навчити дитину:***

* робити вдих м'яким і коротким, а видих - довгим і плавним;
* щоб під час вдиху живіт піднімався, а під час видиху опускався, опадав;
* щоб плечі під час дихання були нерухомими, а груди не піднімались сильно під час вдиху і не опускались під час видиху;
* щоб перед повним вдихом дитина обов'язково робила дво- або трисекундну перерву, щоб під час мовленнєвого дихання не було ніякого напруження.

***Голосові вправи:***

Ці вправи є одночасно й артикуляційною розминкою для мовленнєвого апарату, і попереднім етапом засвоєння приголосного звука в складі й слові. Здебільшого в дітей простежується порушення вимови саме приголосних, складніших від голосних за своєю артикуляцією. Але навчити дитину вимовляти правильно відокремлений приголосний звук недостатньо. Це тільки один із початкових етапів у довгому процесі його виховання: засвоєння вимови звука в складах, словах, реченнях, у різних видах самостійного мовлення. Приголосні звуки — основа, кістяк слова. Голосні ж роблять мовлення легким, плавним, інтонаційно виразним.

У логопедичній літературі пропонується така ***послідовність тренування голосних: [а], [о], [у], [е], [и], [і].***

* [а] — рот широко відкритий, губи округлені, утворюють коло;
* [о] — рот відкритий менше, губи злегка випну­ті вперед, коло губ ще більше зменшилося;
* [у] — рот відкритий ще менше, губи злегка ви­пнуті вперед, коло губ ще більше зменшилося;
* [е] — рот знову відкривається, майже як підчас вимови [а], губи прилягають до зубів, трохи оголюючи їх;
* [и] — рот закритий менше, а губи розтягуються ще далі; край передніх зубів оголений;
* [і] — артикуляція подібна до [и].

***Можливі варіанти тренування голосних:***

* один із голосних вимовити спочатку нечутно, потім уголос;
* пару звуків (не подібних за артикуляцією) спочатку вимовити нечутно, потім уголос ([і]-[а], [е]-[і], [а]-[у]) тощо;
* три звуки (не подібних за артикуляцією) спочатку промовити нечутно, потім уголос ([і]-[е]-[а]; [а]-[і]-[е]) тощо.

Із метою вправляння голосу дитини педагог може широко використовувати різноманітні вправи на звуконаслідування. Починати потрібно з голосних звуків, у кожній віковій групі до голосних слід приєднувати приголосні, вимовлянням яких дитина володіє добре*.*

Надзвичайний ефект для мовленнєвого розвитку дитини дає поєднання виконання вправ мовленнєвої гімнастики з вправами на розвиток загальної та дрібної моторики.

Система вправ мовленнєвої гімнастики

​*Вправи на розвиток мімічних м’язів і м’язів губ:*

-        «Жабка» - посміхнутись, розтягнути губи, а потім розслабити їх    (рахунок 1-2-3);

-        «Слоник» - витягнути вперед трубочкою напружені губи (рахунок 1-2-3);

-        «Повітряна кулька» - надути повітрям щоки (рахунок 1-2-3);

-        «Парканчик» - зімкнути верхні й нижні зуби, посміхнутися (рахунок 1-2-3);

-        «Полоскання рота» - імітувати полоскання рота.

*Артикуляційна  гімнастика*

* «Лопатка» - широкий язичок злегка висунути з рота, покласти на нижню губу та розслабити;
* «Хованки» - широкий язичок витягнути з рота, розслабити, потримати в такому положенні 2-3 сек і заховати до рота;
* «Маятник» - відкривши рота, висунути язик і рухати ним вліво-вправо. Слідкувати за тим, щоб язичок не облизував губи.
* «Смакота» - повільно облизати язиком верхню губу, потім нижню (2-3 сек), повторити у зворотньому напрямку;
* «Гойдалка» - відкрити рота, почергово кінчиком язика тягнутись до носа та до підборіддя.

*Дихальні   вправи*

* «Кульбаба» - вдихнути через ніс і легенько видихнути через складені трубочкою губи;
* «Морозець» - зігріти долоні, вдихаючи й видихаючи ротом;
* «Гарячий чай» - легенько подути кілька разів, зробити ковток ( легенько втягнути ротом повітря), знову подути на чай і «відпити»;
* «Вітер» - глибоко вдихнути і сильно видихнути через рот.

Система вправ мовленнєвої гімнастики

**Середня група**

*Вправи на розвиток мімічних м’язів і м’язів губ:*

* «Жабки-слоники» - чергувати виконання вправ, чітко артикулюючи губами: «і-у»;
* «Корівка» - витягнувши губи трубочкою, промовляти: «Му»;
* «Кізонька» - посміхнутись, розтягуючи губи, промовити: «Ме»;
* «Сопілочка» - витягнути незімкнені губи вперед трубочкою, подути: «Ду-ду-ду»;
* «Гребінець» - нижніми зубками «розчесати» верхню губу, а верхніми – нижню;
* «Бегемот» - із напруженням м’язів піднімати й опускати нижню щелепу.

*Артикуляційна  гімнастика*

* «Чистимо зуби» - відкрити рота, «почистити» язиком верхні зуби спочатку з внутрішньої сторони, а потім із зовнішньої сторони, повільно виконуючи рухи ліворуч-праворуч;
* «Чашечка» - відкрити рота, покласти широкий язик на розслаблену нижню губу, згорнути бокові краї язика у формі чашечки, підняти язик;
* «Горішок» - кінчиком язика  почергово впиратися в одну і другу щічку;
* «Сходинки» - відкрити рота, широким кінчиком язика обійняти верхню губу (перша сходинка), потім верхні зуби (друга сходинка), далі притиснути до верхніх горбочків – альвеол (третя сходинка);
* «Котик п’є молочко» - відкрити рота, зробити «чашечку». Імітувати хлебтання молочка кінчиком язика – рухати по верхній губі ззовні всередину;
* «Екскаватор» - відкрити рота, покласти язик лопаткою на нижню губу. Підняти кінчик і бокові краї язика ковшиком і занести його до рота, торкатися кінчиком язика верхніх зубів.

*Дихальна гімнастика*

* «Човники» - вдихнути через ніс, а потім повільно видихнути через рот;
* «У лікаря» - глибоко вдихати і видихати через ніс;
* «Їжаки» - зморщити носик, втягнути повітря носом, нахилити голову, потім видихнути;
* «Листочки шепочуть» - вдихнути повітря носом, видихнути, вимовляючи: «Ш-ш-ш»;
* «Бульбашки» - зробити губи трубочкою і обережно дути через них, наче пускаєш мильні бульбашки.

Система вправ мовленнєвої гімнастики

**Старша група**

*Вправи на розвиток мімічних м’язів і м’язів губ*

* «Посмішка» -  розтягнути губи в посмішці і утримувати 5с.
* «Олівець» - узяти губами олівець і «намалювати» у повітрі фігуру: коло, квадрат, трикутник;
* «Ласунчик» - імітувати губами зривання ягідок з куща;
* «Замок» - утягувати губи;
* «Мавпеня» - випнути назовні нижню губу так, щоб оголилися зуби;
* «Підйомний кран» - рухати нижньою щелепою ліворуч-праворуч.

*Артикуляційна гімнастика*

* «Трубочка» - висунути широкий язик і згорнути бокові краї, щоб утворилася «трубочка». Легенько, не напружуючись, якомога довше дути в «трубочку»;
* «Змійка» - відкрити рота, висунути язик якомога далі вперед, напружуючи м’язи, зробити його вузьким.
* «Гірка» - відкрити широко рота, опустити нижню щелепу якомога нижче. Широким язиком упертися в нижні передні зуби.
* «Чашечка» - відкрити рота, покласти широкий язик на розслаблену нижню губу, згорнути бокові краї язика у формі чашечки, підняти язик;
* «Коник» - клацати язичком, розтягуючи під’язичну вуздечку;
* «Гармошка» - відкрити рота, присмоктати до піднебіння широкий язик. Відкривати-закривати рот, не відриваючи язик від піднебіння;
* «Маляр» - відкрити рота, «побілити» язиком піднебіння, роблячи повільні рухи язиком від верхніх зубів углиб рота й назад;
* «Барабан» - відкрити рота, постукати кінчиком язика за верхніми зубами, чітко вимовляючи твердий [д]. Удари слід робити не дуже швидко, ритмічно, слідкуючи, щоб не рухалася щелепа;
* «Дятел» - відкрити рота, посміхнутися. Постукати кінчиком язика за верхніми зубами, чітко промовляючи твердий [д];
* «Дощик» - відкрити рота, посміхнутися, почергово вимовляти: «т-д»;
* «Бджілка» - злегка відкрити рота, тримати широкий кінчик язика за верхніми зубами. Вимовляти: «Джж-джж-джж», сильно видихаючи повітря на кінчик язика.

*Дихальна гімнастика*

* «Гол» - покласти широкий розслаблений язик на нижню губу, плавно дути на м’ячик (або уривчасто), намагаючись поцілити ним в імпровізовані ворота;
* «Рубання дров» - пальцями рук зробити «замок», завести руки за голову і зробити глибокий вдих. Одночасно  з рухом рук донизу вимовляти з видихом: «Ух!»
* «Аквалангіст» - набрати через ніс повітря, ненадовго затримати його, повільно видихнути через рот;
* «Кит» - вдихнути ротом і повільно видихнути через ніс;