

## **РЕЧЕДВИГАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА**

Последнее время отмечается увеличение количества детей с общим недоразвитием речи, а также детей со сложной структурой речевого дефекта. Помимо нарушения речи на всех уровнях, для них свойственно нарушение общей, тонкой и артикуляционной моторики, их движения отличаются недостаточной четкостью и организованностью, неточным удержанием позы.

Успешная коррекционная работа может осуществляться только при наличии достаточно высокой познавательной активности, при высоком уровне развития тонкой, общей и артикуляционной моторики, достаточном уровне сформированности пространственных ориентировок. Для этого необходим комплексный подход к коррекции речевых нарушений. Работа с ребенком должна быть динамичной, эмоционально приятной, неутомительной и разнообразной. А это подталкивает к поискам как традиционных, так и не традиционных игровых приемов в коррекционной логопедической работе. Одними из таких приемов являются речедвигательная гимнастика.

Существуют разнообразные упражнения, игры, множество гимнастик для развития органов артикуляции, а также пальчиковых игр, которые родители могут проводить с ребёнком дома. Но остановимся мы на речедвигательных упражнениях с элементами психогимнастики. Очень важно понять значение таких упражнений, которые:

- Развивают общую, мелкую и артикуляционную моторику;
- Стимулируют речевое развитие;
- Повышают работоспособность головного мозга;
- Оказывают оздоравливающее и тонизирующее воздействие на весь организм;
- Нормализуют психическую и двигательную активность ребёнка, приводят к улучшению настроения.

### **Рекомендации для проведения упражнений.**

В зависимости от возраста ребёнок может сидеть либо за столом, либо на коврике. Движения и речевой материал заучивать предварительно не обязательно – упражнения проводятся по подражанию вместе с Вами (со взрослым). Важно не забывать, что упражнения должны быть эмоционально насыщенными, проводить их нужно в игровой форме, чтобы они приносили Вашему ребёнку радость и удовлетворение. При выполнении упражнений можно включить негромкую, спокойную музыку, чтобы создать соответствующий настрой. Ваша речь должна быть четкой и понятной ребёнку, не бойтесь использовать как можно больше мимики. Это вызовет у ребёнка сначала непроизвольное подражание, а затем он самостоятельно начнёт обогащать свои эмоции, интонацию и мимику.

Теперь я приведу Вам несколько игровых упражнений, которые пользуются успехом у детей как младшего, так и старшего дошкольного возраста.

### **«Игра с шишками»**

*Мама с мишками играла,  
Шишки разные кидала.*

Взрослый имитирует «бросание» воображаемой шишки, ребёнок совершает хватательное движение рукой  
*Медвежата их поймали,  
С силой сжали, разломали,*  
Сильно сжимаем кулачок.

*В стороны бросали,*

Выполняем бросающие движения.

*А ручки отдыхали.*

Потряхиваем расслабленно кистями рук.

Дети могут «ловить шишки» сначала правой рукой, потом левой, либо поймать правой и переложить в левую. Когда ребёнку уже знакомо это упражнение, можно увеличивать темп и «бросать шишки» неожиданно. Дети с большим удовольствием выполняют эти задания.

### **«Солнце и тучка»**

*За тучку солнышко зашло,*

*Стало зябко и свежо.*

Съёживаемся, обнимая себя за плечи.

*Солнце вышло из-за тучки,*

*Мы теперь расслабим ручки.*

Расправляем плечи, расслабляемся. Данное упражнение развивает умение чередовать напряжение и расслабление мышц плечевого пояса.

### **«Ракушка»**

*В море мы нашли ракушку.*

Складываем ладони лодочкой.

*Мы её приложим к ушику,*

Прикладываем ладонь к правому уху, голову наклоняем к правому плечу.

*И суроюю зимой*

Прикладываем ладонь к левому уху

*Будем слушать мы прибой.*

Наклоняем голову к левому плечу.

Упражнение снимает напряжение с мышц плеч и шеи, а так же повышает уровень психической активности.

### **«Кошка»**

Стоя сгибаем руки в локтях перед грудью.

*Вот окошко распахнулось.*

Раздвигаем руки в стороны.

*Вышла кошка на карниз.*

Выполняем плавные движения руками.

*Посмотрела кошка вправо,*

Поворачиваем голову вправо.

*Посмотрела кошка вниз.*

Опускаем голову вниз.

*Кошка влево повернулась,*

Поворачиваем голову влево.

*Проводила взглядом мух,*

Выполняем круговые движения головой.

*Потянулась, улыбнулась*

Тянем руки вверх, улыбаемся.

*И уселась на карниз.*

Приседаем на корточки.

Для детей старшего возраста предлагаю следить только глазами, не поворачивая головы. Упражнение формирует пространственное восприятие, развивает координацию движений и глазодвигательные функции.

*Как Вы смогли убедиться, упражнения не занимают много времени и не вызывают сложностей в их проведении.*