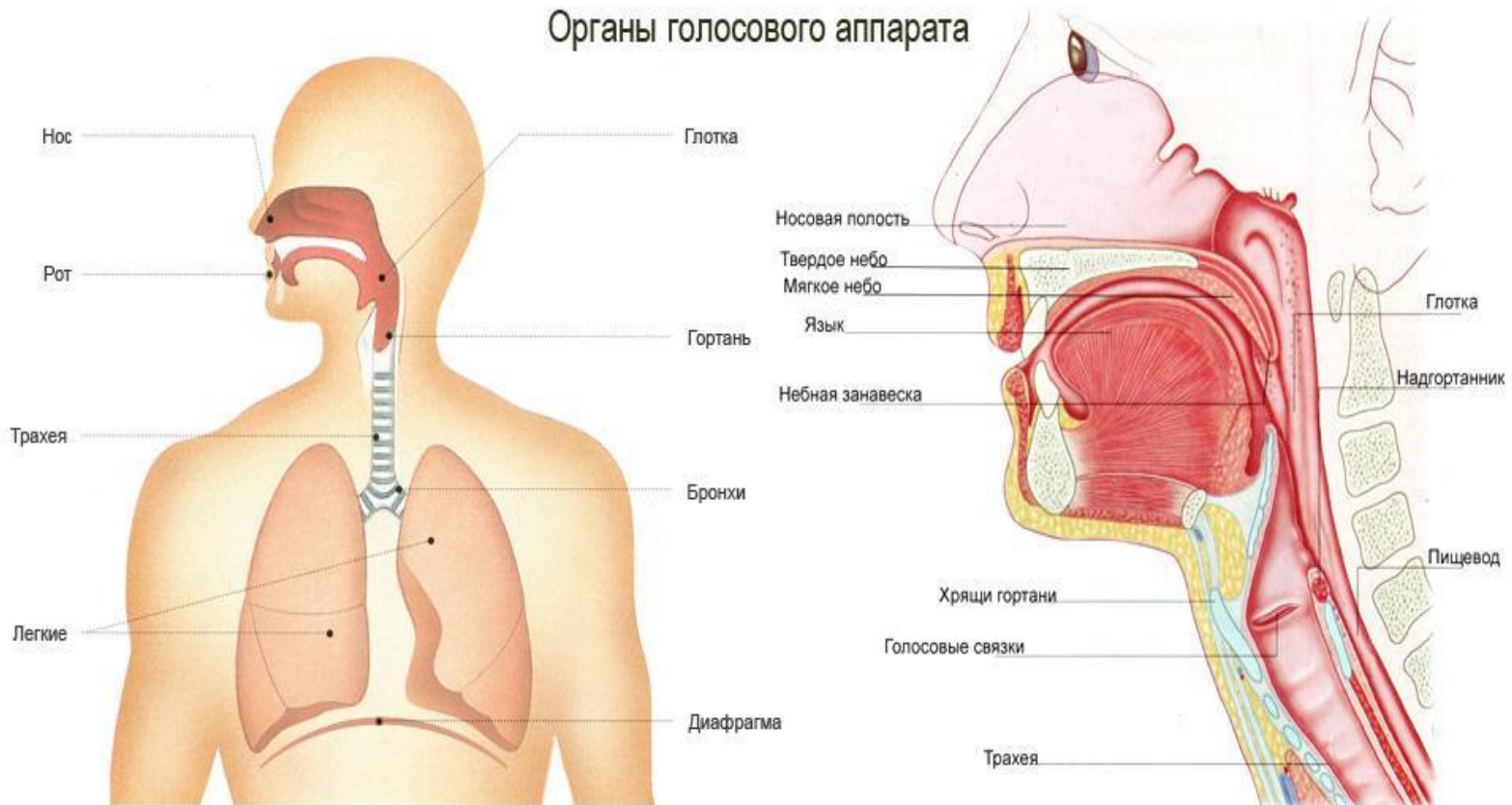


ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ГОЛОСА ВОСПИТАТЕЛЯ

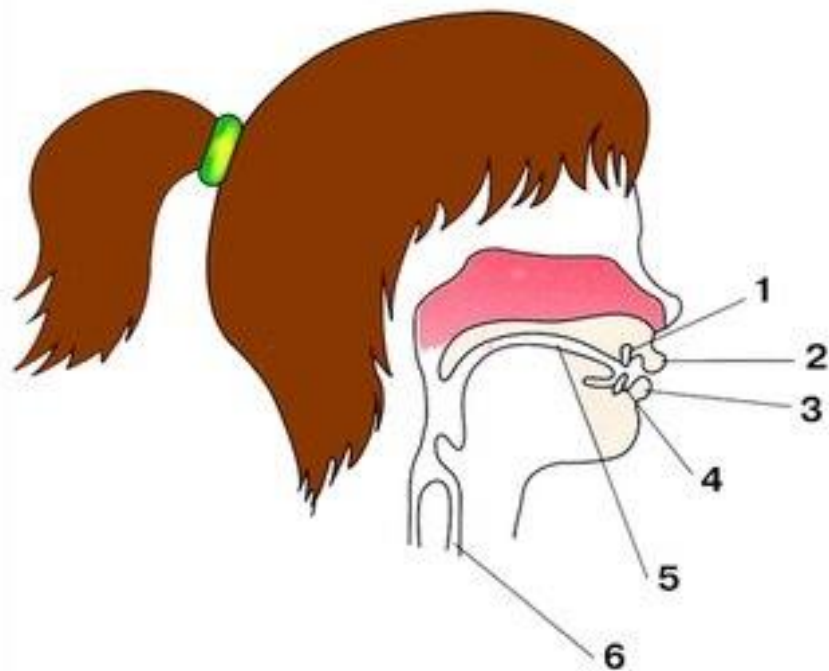
Выполнила учитель-
логопед
МБДОУ «Детский сад
№154»
Ганина Т. А.

Голос и речь педагога- важнейший инструмент его профессиональной деятельности. Чёткая, эмоциональная, выразительная речь педагога оказывает позитивное влияние на формирование коммуникативных навыков дошкольников, а крикливый, визгливый голос создаёт неблагоприятный эмоциональный климат в группе и снижает эффективность воспитательно-образовательного процесса.

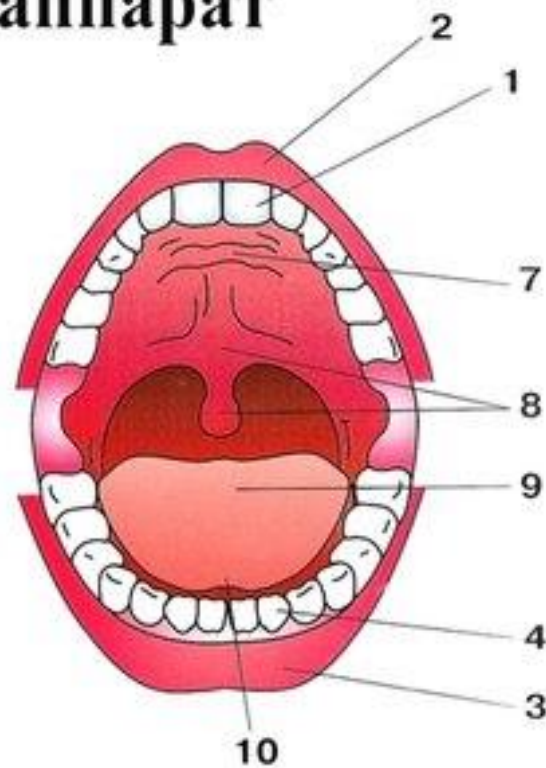
Голосовой и дыхательный аппарат



Артикуляционный аппарат



1. Верхние зубы
2. Верхняя губа
3. Нижняя губа
4. Нижние зубы
5. Язык



6. Голосовые связки
7. Твёрдое нёбо
8. Мягкое нёбо
9. Спинка языка
10. Кончик языка

Воспитателям необходимо тренировать голосовой, артикуляционный аппарат, мелодико-интонационную сторону речи. Исходя из этого, можно выделить упражнения:

1. На снятие голосового и общего напряжения.

2. Развитие фонационного (речевого) дыхания.

3. Формирование правильных навыков голосообразования.

4. Развитие артикуляционного аппарата.

5. Совершенствование мелодико-интонационной стороны речи.

Комплекс упражнений на снятие мышечного напряжения, развития речевого дыхания и тренировки голоса

- Вытяните в стороны сильные, напряженные руки, потянитесь за рукой сначала вправо, затем влево.
- Потянитесь вверх, напрягите все тело (сделайте вдох) и как будто «бросьте» все тело вниз (сделайте выдох).
- Поднимите вверх руки, потом опустите вниз сначала кисти рук, затем согните локти и бросьте руки вниз как плети.
- Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Сделайте медленный полунаклон корпуса вперед (спина прямая) — вдох; вернитесь в исходное положение — выдох

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВИБРАЦИОННОГО МАССАЖА ГОРТАНИ

Для подготовки гортани к вибрационному массажу найдите для себя удобное звучание согласного [м] и направьте его как бы в нос, постукивая кончиками пальцев по крыльям носа. Упражнение выполняется свободно, без напряжения мышц шеи, плечевого пояса, живота.

Массаж проводится постукиваниями кончиками пальцев при одновременном произнесении сонорных и других согласных:

- от середины лба к ушам с произнесением звука [м-м-м];
- от спинки носа к ушам с произнесением звука [м-м-м];
- под носом от середины верхней надгубной части лица к ушам с произнесением звука [в-в-в];
- по подбородку с произнесением звука [з-з-з];
- в области груди с произнесением звука [д-д-д].

Далее выполните голосовые упражнения с гласными [о] или [у], которые следует произносить протяжно, как можно более низким голосом.

- Произнося звук [у], изменяйте силу голоса: сначала тихо, потом громко. Затем плавно изменяйте силу голоса, будто ветер то усиливается, то затихает.
- Аналогичные упражнения выполняйте со звуком [и] с изменением высоты голоса.

Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики Стрельниковой

При выполнении дыхательных упражнений вдох носом должен быть быстрый, не объемный, а предельно активный, шумный. Вдох следует делать одновременно с движением. Выдох должен быть естественный, пассивный, самопроизвольный.

Данная гимнастика включает следующие упражнения.

Повороты головы

И. п.: стоя прямо, повернуть голову вправо и сделать короткий шумный вдох. Затем сразу же (без остановки прямо) повернуть голову влево, шумно и коротко «понюхать воздух» с левой стороны. Повторить 16 раз. Во время упражнения нельзя напрягать шею. Туловище должно быть неподвижно, плечи не поворачивать вслед за головой и не поднимать.

Тянем канат

И. п.: стоя прямо, ноги на ширине плеч, руки подняты вверх, ладони сжаты в кулаки. Слегка присесть, руки согнуть в локтях, как будто потянуть канат, сделать короткий шумный вдох. Вернуться в и. п.

Обними плечи

И. п.: стоя прямо, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч, ладони сжаты в кулаки. В момент короткого шумного вдоха «бросить» руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи. Сразу же после короткого вдоха развести руки в стороны — в этот момент на выдохе пассивно уходит воздух.

Насос

И. п.: стоя прямо, руки опущены. Наклониться вниз, к полу, голова опущена. Сделать короткий шумный вдох в конце наклона. Слегка приподняться, но не выпрямляться полностью — в этот момент происходит пассивный выдох. Снова наклониться и одновременно с наклоном сделать короткий шумный вдох, и снова приподняться. Повторить 8 раз.

Марш

И. п.: стоя прямо, руки опущены вдоль тела. Поднять вверх правое колено и потянуть к нему левый локоть. Момент соприкосновения — короткий вдох. Опустить правое колено — в этот момент происходит произвольный выдох. То же самое выполнить с другой ноги. Повторить 16 раз (вдохов).

Развитие артикуляционного аппарата

- Широко откройте и закройте рот (*сначала беззвучно, а затем с произнесением звука [а]*).
- Вытяните губы в трубочку и растяните на улыбку (*сначала беззвучно, а затем с произнесением звуков [у], [и]*).
- «Чистим зубки» (*с внешней и внутренней стороны*).
- Выполните крестообразные движения языком на губах (вверх, вниз, вправо, влево).
- Высуньте поочередно то широкий («лопата»), то острый («игла») язык.
- Зацепите кончик языка за нижние зубы и высуньте язык горкой.
- Сложите язык трубочкой и подуйте через нее.
- «Чашечка».
- «Лошадки», «Грибок»
- «Гармошка»

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ НА РАЗВИТИЕ ВЫСОТЫ И СИЛЫ ГОЛОСА

Колокол

Представьте, что вы раскачиваете рукой воображаемый колокол и одновременно произносите звукосочетания на заданной высоте:

небольшой колокол — «дон-дон-дон» (произносится обычным голосом);

массивный колокол — «бом-бом-бом» (произносится низким голосом);

бубенчики — «динь-дон-динь-дон-динь-дон» (произносится высоким голосом).

Усиление голоса

Упражнение состоит в том, чтобы посчитать от 10 до 100 или произнести буквы алфавита постепенно увеличивая силу голоса: сначала беззвучно, потом шепотом, потом тихо и, наконец, громко.

Ослабление звука

Упражнение аналогично предыдущему, но направлено на ослабление силы голоса громко, потом тихо, потом шепотом и, наконец, беззвучно.

Усиление-ослабление голоса

Упражнение состоит в том, чтобы без паузы, на одном выдохе произнести то громко, то тихо названия нот, месяцев, дней недели и др.

УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЕЛОДИКО-ИНТОНАЦИОННОЙ СТОРОНЫ РЕЧИ

- ⦿ Представьте, что вы шагаете по ступенькам, произнося: «Первый этаж, второй этаж... седьмой этаж», постепенно повышая голос.
- ⦿ Прочитайте стихи, меняя силу голоса (от тихого до громкого, и наоборот), высоту (произношение в средней, низкой и высокой тональности), темп (медленно, умеренно, быстро) и в других комбинациях.

Выучите скороговорки. Например, произнесите скороговорку: «От топота копыт пыль по полю летит, пыль по полю летит от топота копыт» в том темпе, который подсказывает одна из следующих ситуаций:

- вы диктуете данное сообщение непослушному ребенку;
- рассказываете новость хорошей знакомой в неторопливой беседе;
- выступаете с сообщением перед большой аудиторией;
- сообщаете новость кому-либо, когда у вас совсем нет времени.

Произнесите скороговорку: «Белые бараны били в барабаны», выделяя по очереди каждое слово, как бы отвечая на вопросы:

- Какие бараны били в барабаны?
- Что делали белые бараны?
- Во что били белые бараны?

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ