

**Прыгаем, играем –
речь мы развиваем**

Е.П. Прописнова

В каждый период жизни ребенка деятельность его организма связана с решением определенных приоритетных, жизненно важных задач. В дошкольный период это задачи социальной значимости, например развитие речи.

Речь является одной из самых сложных высших психических функций человека, от степени сформированности которой в раннем детском возрасте во многом зависит уровень общей подготовленности ребенка к успешному обучению в общеобразовательной школе.

Если речь начинает интенсивно развиваться на втором году жизни, то к шести годам ребенок уже будет в состоянии управлять своим поведением на основе словесно обобщенной информации. Однако не во всех случаях эти процессы протекают благополучно. В настоящее время в России около 50% дошкольников имеют различные нарушения речи.

Неполноценная речь негативно сказывается и на развитии двигательной сферы, в которой наиболее существенные недостатки наблюдаются со стороны координационных способностей.

Коррекционно-педагогическая работа в специализированных дошкольных учреждениях логопедического направления связана со своевременным исправлением дефектов речи у детей. Существующая на сегодня комплексная коррекционная программа «Подготовка к школе детей с общим недоразвитием речи в условиях специального детского сада» (под ред. Т.Б. Филичевой, Г.В. Чиркиной, 2000 г.) уделяет недостаточное внимание физическому воспита-

нию дошкольников. Между тем известно, что физические упражнения служат эффективным средством воздействия на психические функции человека, одной из которых является речь.

В практике логопедической работы детских садов существует такая методика, как **логопедическая ритмика** (логоритмика). Основу ее составляет принцип сочетания движения, музыки и слова.

К физическому воспитанию логоритмика имеет косвенное отношение, поскольку занятия разрабатываются логопедами-дефектологами совместно с музыкальными руководителями и направлены в основном на постановку и закрепление отдельных звуков, произношение слов, предложений, т.е. непосредственно на формирование правильной речи ребенка, и не учитывают особенности его физического развития и взаимосвязь речи с движениями различного характера.

В то же время физкультурные занятия, проводимые в специальных логопедических группах, не имеют своей задачей содействие формированию речи через активное развитие тесно с ней связанных физических качеств, к которым относятся координационные способности.

На наш взгляд, целесообразным выходом из сложившейся ситуации является **интеграция физкультурных занятий с логоритмикой**. Поскольку логоритмика предполагает использование музыки, то наиболее близким к ней средством физического воспитания выступает ритмическая гимнастика, а именно ее оригинальная разновидность – сюжетно-ролевая.

Мы назвали эту систему занятий «Сюжетно-ролевая логоритмическая гимнастика». Ее цель – преодоление речевых нарушений путем развития и коррекции у детей с нарушениями речи двигательных и психических процессов.

Опорные компоненты данной системы – движение, музыка, сюжет и слово (см. схему 1).

выполняемые под музыкальное сопровождение («ласточка», волнообразные движения руками и туловищем, кувырок боком, стойка на лопатках, «мост», «рыбка» и т.д.);

г) элементы различных танцев – классического, современного, народного – и средства хореографии.

Упражнения ритмической гимнастики подбираются в соответствии с основным сюжетом урока и таким образом, чтобы создавались условия для развития координационных способностей.

Необходимыми условиями для развития координации являются постепенность в усложнении задач, разнообразие движений и ускорение темпа. Поскольку темп задается музыкальным сопровождением, то на начальном этапе ознакомления с комплексом упражнения выполняются на счет 1–8, а в дальнейшем, по мере становления двигательного навыка, – на счет 1–4. Таким образом, с изменением темпа увеличивается дозировка и, соответственно, нагрузка.

3) Специальные упражнения, направленные на развитие артикуляционного аппарата, дыхательной функции, мелкомоторной координации движений и способствующие созданию функциональной базы для становления речи ребенка. К ним относятся упражнения пальчиковой, артикуляционной, дыхательной гимнастики.

Упражнения пальчиковой гимнастики выполняются в согласовании с музыкой и направлены на развитие ручных навыков, мелкой моторики и координации движений рук.

На первом этапе ознакомления с комплексом пальчиковые упражнения выполняются в статичном положении. По мере освоения движений детям предлагается сочетать их с другими несложными по координации двигательными действиями (например, ходьбой, элементарными движениями для рук и ног). Целесообразнее выполнять пальчиковые упражнения во вводной или основной части занятия.

Для правильного произношения звуков (фонем) необходима точная, координированная работа артикуляционного аппарата (губ, языка, нижней челюсти, мягкого неба). Решить эту задачу призваны упражнения артикуляционной гимнастики. Каждое из них имеет свое название, которое весьма условно, но очень важно, чтобы дети могли его запомнить: во-первых, название вызывает у ребенка интерес к упражнению, а во-вторых, экономит время, так как не нужно всякий раз показывать упражнение, достаточно лишь сказать его название.

Упражнения артикуляционной гимнастики подбираются таким образом, чтобы на уроке были использованы уже изученные задания, воздействующие на развитие артикуляции губ, языка и нижней челюсти, т.е. не менее 2–3 упражнений с небольшим интервалом во времени.

Упражнения артикуляционной гимнастики, так же как и пальчиковые, выполняются под музыку в сочетании с другими несложными по координации двигательными действиями и подчиняются основному сюжету урока.

У детей с речевыми нарушениями наблюдается также несовершенство речевого дыхания. Дети произносят фразы в основном при ключичном типе дыхания, когда воздухом заполняются преимущественно узкие верхушки легких, поэтому на длинную фразу воздуха не хватает. Когда ребенок начинает говорить, он активно выдыхает то малое количество воздуха, которое взял при вдохе на первом слове, а то и на первом слоге, и затем договаривают фразу шепотом или на вдохе с «захлебыванием». У данной категории детей речевое дыхание характеризуется очень слабым вдохом и выдохом.

Для того чтобы иметь возможность свободно говорить фразами, необходимо тренировать диафрагму (самую сильную из всех мышц, участвующих и в дыхании, и в голосообразовании), заставлять ее активно участвовать в голосообразовании, создавать так

называемую опору. Для этого нужно дышать предельно глубоко, чтобы легкие заполнялись воздухом до самых нижних, широких оснований.

С этой целью в занятия необходимо включать упражнения дыхательной гимнастики по методу А.Н. Стрельниковой «Насос» и «Обними плечи» (они приводят в рабочее состояние все органы, участвующие в дыхании и звукообразовании, – легкие, мышцы гортани, голосовые связки, диафрагму), а также дыхательные упражнения с удлиненным выдохом.

Дыхательные упражнения следует выполнять в заключительной части урока или сразу же после комплекса общеразвивающих упражнений.

Вторым и очень важным компонентом системы является слово. Предусматриваются различные формы использования речевого материала, а именно проговаривание специально подобранных речитативов, исполнение под фонограмму песен, произношение отдельных фонем шепотом и громко (звуковая гимнастика).

Координация движения со словом очень трудно дается детям с нарушениями речи, но именно это и способствует ее развитию.

Слово, особенно в стихотворных формах, в сочетании с движениями облегчает не только освоение правильного произношения, но и овладение движениями, так как ритм стихотворной речи помогает сохранять ритмичность их выполнения.

Таким образом, с одной стороны, двигательная активность ребенка помогает интенсивнее развивать его речь, с другой – формирование двигательный происходит при участии речи.

С помощью стихотворного ритма у детей совершенствуется произношение, отрабатывается темп речи, развивается речевой слух.

Речитативы подбираются в соответствии с сюжетом занятия и меняются по мере освоения на протяжении одного сюжетного урока. Произносятся они

в сочетании с двигательными действиями и используются во

вводной и заключительной частях комплекса.

Из звуковой гимнастики на занятиях следует использовать один или два звука, которые уже поставлены логопедом. Неизученные звуки проговаривать во время алфавитной гимнастики не следует, так как дети в процессе их многократного повторения будут закреплять неправильное произношение, которое в дальнейшем будет намного сложнее исправлять. Поэтому работу по звукопроизношению следует проводить в тесном контакте с учителем-логопедом. Вводить алфавитную гимнастику следует в основную и заключительную части занятия.

Исполнение песен под фонограмму вызывает у детей эмоциональный подъем и желание двигаться, а слова запоминаются быстрее, если сопровождаются определенными движениями. При этом развивается способность к согласованию движений со словом и ритмическим рисунком музыкального произведения.

Третьим компонентом методики является музыка.

Движения, выполняемые под непрерывную музыку в соответствии с ее структурными особенностями, характером, ритмом и темпом, являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяют свободно, красиво и координационно правильно выполнять двигательные задания.

Правильный подбор музыкального сопровождения улучшает не только эмоциональное состояние детей, но и качество движений, придает им особую выразительность, развивает координацию, способствует развитию различных типов памяти. Выполняя упражнения в согласовании с музыкой, дошкольники учатся отличать музыкальные произведения по темпу, громкости звучания, размеру.

Музыка является не только фоном для проведения занятия, но и организующим фактором, влияющим на поведение занимающихся. В связи с

этим к музыкальному сопровождению предъявляются следующие требования:

1) музыка должна быть доступной восприятию ребенка. Лучше использовать детские и эстрадные песни, музыкальные сказки и т. д.;

2) содержание музыки должно нести положительный эмоциональный настрой;

3) музыкальный темп на протяжении всего занятия должен меняться. В основном используется средний темп, быстрый составляет 10–15% от всего занятия;

4) музыка должна обладать четким ритмом. Поскольку у детей-логопатов чувство ритма нарушено, музыку нужно подбирать так, чтобы темп ее был умеренным, а ритм четким. Это необходимо для того, чтобы дети выполняли движения правильно и в соответствии с ритмическим рисунком;

5) громкость звучания музыки должна быть средней. Излишняя громкость мешает восприятию содержания занятия, подавляюще действует на психику детей;

6) запись музыки должна быть четкой, помехи в музыкальном сопровождении мешают восприятию ребенком содержания занятия.

Четвертым компонентом системы занятий является сюжет.

Занятия строятся в форме игровых уроков по сюжетам русских и зарубежных сказок, рассказов, по историям путешествий. Основное влияние на психическое развитие детей оказывает игровая деятельность, и прежде всего сюжетно-ролевая игра. Игра для дошкольника является естественной деятельностью, в процессе которой он познает жизнь, а также меньше всего утомляется, и поэтому интерес и внимание в игре держатся у него дольше, чем в специальных обучающих упражнениях.

Сказки необходимы ребенку для его развития, благодаря им он попадает в мир, полный волшебства. Сказки стимулируют фантазию, тем самым развивая творческие способности

ребенка, его мышление, внимание, память, которые составляют основу интеллектуального развития.

Таким образом, сочетание речи и движения под музыку, объединенных определенным сюжетом, является очень важным средством исправления речевых и двигательных недостатков детей.

Ниже приведен комплекс сюжетно-ролевого логоритмического занятия.

«В гости к сказке»

(для дошкольников старшей группы)

I. Вводная часть.

1. Построение.

2. Ходьба в колонне по одному с произнесением слов:

Мы веселые ребята,

Мы ребята-дошколята.

Отправляемся в поход,

Сказка в гости нас зовет.

Композиция 1. Песня о дружбе (фонограмма по сказке «Бременские музыканты», музыка Г. Гладкова, слова Ю. Энтина):

1) 1–16 – ходьба по кругу в колонне по одному;

1–16 – то же с хлопками;

1–16 – ходьба на носках, руки вверху;

2) 1–16 – ходьба на пятках, руки за головой;

3) 1–16 – ходьба с высоким подниманием согнутых ног вперед;

4) 1–16 – подскоки;

5) 1–16 – подскоки с махами рук над головой;

6) 1–32 – бег в колонне по одному;

7) 1–16 – ходьба по кругу;

В финале музыкальной композиции дети перестраиваются в три колонны.

II. Основная часть.

Композиция 2. Песенка Буратино (фонограмма по сказке А. Толстого «Приключения Буратино», музыка А. Рыбникова, стихи Б. Окуджавы и Ю. Энтина).

Куплет 1 (дети пропевают слова куплета):

1) ИП – основная стойка (ОС);

1-4 – ритмичные поднимания и опускания плеч;

5-8 – то же с полуприседаниями;

2) ИП – стойка, левая рука за спиной;

1-4 – грозим указательным пальцем правой руки, с небольшим наклоном туловища вперед;

5-8 – то же левой рукой.

Припев:

1) 1 – с поворотом направо полуприсед на левой ноге, правую вперед на пятку, левая рука согнута, кисть раскрыта (поза Буратино);

2-4 – поочередное сгибание и разгибание предплечий (3 раза);

5-8 – то же с поворотом налево.

Повторить 2 раза;

2) 1-4 – четыре взмаха руками над головой;

5-8 – шаги на месте, руки прямые впереди, поочередное сгибание пальцев в кулак и разгибание.

Куплет 2:

1) 1-8 – пружинистые полуприседания, поочередно сгибая руки к плечам, выполняя поочередно упражнения «Улыбка» и «Хоботок»;

2) 1-8 – показываем «нос» (нос Буратино) с полуприседом и с поворотом направо и налево.



Припев:

1) повторить предыдущее упражнение;

2) 1-4 – четыре взмаха руками над головой;

5-8 – шаги на месте, руки прямые вперед, поочередно соединять большой палец с другими, двумя руками одновременно («пальчики здороваются»).

Куплет 3:

1) 1-2 – «пружинка» вправо и влево;

3-4 – «играем на дудочке» с небольшим поворотом вправо и влево;

5-8 – повторить;

2) 1-8 – выполнять упражнение для языка «киска сердится».

Припев:

1-16 – повторить предыдущее упражнение;

1-8 – прыжки на двух ногах с хлопками над головой.

Композиция 3 Песня Кая и Герды (фонограмма по сказке-мюзиклу «Снежная Королева», музыка и слова А. Морсина).

Вступление.

Шаги на месте с одновременным выполнением движений рук:

1 – к плечам; 2 – вверх;

3 – к плечам; 4 – вниз.

Куплет 1:

1) ИП – стойка ноги врозь, руки за спиной;

1-4 – четыре малых круга правой согнутой наружу рукой («вытираем зеркало»);

5-8 – то же другой рукой;

1-8 – восемь кругов двумя руками наружу;

2) ИП – стойка ноги врозь, руки на поясе;

1 – наклон туловища вправо;

2 – ИП;

3-4 – то же влево.

Повторить 2 раза;

3) ИП – ОС, руки на поясе; два приставных шага вправо с полуприседом;

два приставных шага влево.

Повторить 2 раза.

Припев:

- 1) ИП – ОС, руки на поясе;
- 1 – прыжком ноги врозь;
- 2 – прыжком ИП.

Повторить 4 раза;

2) ИП – то же;

1 – прыжком правая нога вперед, левая назад;

2 – прыжком поменять положение ног;

3) шаги на месте.

Куплет 2:

1) шаги на месте с выполнением движений руками;

1 – руки к плечам;

2 – руки вверх;

3 – руки к плечам;

4 – ИП;

2) ИП – стойка ноги врозь, руки на поясе;

1 – наклон вперед, руками потянуться вперед;

2 – ИП.

Повторить 4 раза.

Припев: повторить.

Композиция 4. Песня Герды о Снежной Королеве.

Вступление:

1) ИП – стойка ноги врозь, руки вверх.

Раскачивание руками из стороны в сторону и произнесение на выдохе звука «ш».

Куплет 1:

ИП – стойка ноги врозь, руки вверх;

1 – наклон вправо;

2 – наклон вниз;

3 – наклон влево;

4 – ИП;

5–8 – то же в другую сторону.

Куплет 2:

1) ИП – лежа на животе;

1–2 – «лодочка»;

3–4 – ИП.

Повторить 4 раза;

2) ИП – лежа на животе, руки возле груди;

1–3 – «рыбка»;

4 – ИП.

Повторить 4 раза.

Куплет 3::

ИП – сидя, ноги врозь, руки вверх;

1 – наклон к правой ноге;

2 – ИП;

3–4 – то же к левой ноге.

Преодоление полосы препятствий.

Основные виды движений:

1. Ходьба по гимнастическим скамейкам, руки в стороны (упражнение на равновесие).

2. Подлезание под дугами на четвереньках с опорой на предплечье и колени.

3. Прыжки на двух ногах через планки.

4. Ходьба по канату боком приставными шагами, руки на поясе.

Подвижная игра «Хвост за хвост»

(фонограмма по сказке «Давайте жить дружно»).

Из числа детей выбирается водящий – кот, остальные дети – мыши. Под музыку дети ходят по кругу, в центре которого сидит кот, и дразнят его. По окончании музыки мыши убегают враспынную, а кот их догоняет. Кого кот поймал, тот становится водящим, и игра повторяется.

III. Заключительная часть.

Дыхательные упражнения: «Насос», «Обними плечи», «Алфавитная гимнастика».

Ходьба по кругу в колонне по одному с произнесением слов:

Верим, что со сказкою

Люди не расстанутся,

Верными друзьями

Навсегда останутся!

Е.П. Прописнова – канд. пед. наук, ст. преподаватель кафедры теории и методики физического воспитания Волгоградской гос. академии физической культуры, инструктор по физическому воспитанию МОУ Центр развития ребенка д/с № 342 г. Волгограда.