*Выполнила: Ерл Любовь Владимировна*

Конспект логопедического занятия

Тема: «Коррекция речи при заикании».

Подготовительный этап (режим молчания).

Возрастная группа: подростки 14-15 лет.

Групповое занятие: 60 минут.

Цель: формирование темпо-ритмической организации речи

Задачи: формировать плавный физиологический вдох и выдох

воспитать чувство коллективизма

научить правильно выполнять релаксационные упражнения

Оборудование: метроном, «забор гласности».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Время (мин) | Содержание | Примечания |
| 1 | 5  10 | **Организационный момент. Обозначение детьми своего настроения на заборе гласности. Постановка цели занятия логопедом:** сейчас мы с вами находимся на подготовительном этапе «молчания», мы тормозим патологический речевой стереотип. И сегодня мы с вами научимся правильному физиологическому дыханию, научимся выполнять релаксационные упражнения, которые позволят подготовится к формированию плавной речи.  **Релаксация.**  1-е упражнение, подготовительное, общее расслабление. Больной сидит на стуле, голова опущена на грудь, глаза закрыты, предплечья рук на бедрах. Больной проговаривает про себя, вначале вслед за проводящим сеанс, а затем самостоятельно формулу «Я совершенно спокоен».  2-е упражнение — ощущение тяжести в одной руке. «Моя правая рука отяжелела (у левши — левая). Моя левая рука отяжелела».  3-е упражнение — ощущение тяжести в обеих руках. «Обе руки отяжелели».  4-е упражнение — переход к ощущению теплоты. «Правая рука теплая (у левши — левая). Левая рука теплая».  5-е упражнение — ощущение теплоты в обеих руках. «Обе руки теплые».  6, 7, 8, 9-е упражнения аналогичны предыдущим — ощущение тяжести и теплоты в ногах.  10-е упражнение — «Сердце бьется спокойно, равномерно».  11-е упражнение — «Я дышу совершенно спокойно».  12-е упражнение — «Мышцы груди, живота, диафрагмы расслаблены».  13-е упражнение — «Мышцы лица расслаблены».  14-е упражнение — «Нижняя челюсть свободно опускается вниз».  15-е упражнение — «Язык становится совершенно свободным, мягким».  16-е упражнение — «Я говорю легко, свободно, без всякого напряжения». (Шкловский В. М., 1994). | **Целевая установка:** закройте глаза, не отвлекайтесь. Внимательно слушайте, что я говорю и постарайтесь это почувствовать (логопед медленно и спокойно произносит следующие слова). |
| 2 | 5 | **Дыхательный комплекс упражнений. Целевая установка:** сейчас мы с вами научимся правильно дышать, вдыхать нужно носом, выдыхать - ртом. Внимательно прослушайте инструкцию.   1. Воспитание правильного вдоха:   1)Лечь на спину, положить ладонь одной руки на грудь, а ладонь другой руки на живот, немного выше пупка. Сделав предварительно глубокий вдох, плавно и неторопливо вдохнуть носом так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперед, поднимая вашу руку. Грудная клетка при этом , контролируемая другой рукой, должна оставаться в покое. Выдох производить плавно, через рот и по возможности полнее. При этом живот опускается, а в конце выдоха втягивается.  2) После «предварительного выдоха» сделать плавный вдох носом, поднять прямые руки вперед и развести их вверх и в стороны. Благодаря этому движению рук одновременно с сокращением диафрагмы и выпячиванием верхней передней стенки живота грудная клетка приподнимается и расширяется в своем нижнем и среднем отделе. Произойдет полный вдох.  Положить ладони на переднебоковые нижние края грудной клетки и сделать выдох, стараясь как можно дольше сохранить нижнюю часть грудной клетки в расширенном состоянии вдоха. Длину выдоха в процессе тренировки необходимо постепенно увеличивать.   1. Воспитание правильного выдоха:   1) «фиксированный выдох»: после спокойного вдоха сделать плавный выдох через рот, периодически изменяя величину раствора губ (слегка увеличивая и уменьшая отверстие между губами, регулируя тем самым интенсивность выдоха). Щеки не надувать, следить за правильной осанкой и свободой мышц плечевого пояса, шеи, лица.  2) Сделать вдох через нос, поднести руки ко рту, медленно выдохнуть через открытый рот. Затем, вдохнув через нос, продолжить выдох. Проделать упражнение 5—6 раз подряд, непрерывно ощущая на руках тепло выдыхаемого воздуха.  Вдох полезно делать с полуприседанием или с полупоклоном, разводя руки в стороны, поднимая их вверх, закладывая ладони на затылок и сохраняя прямую линию спины, а также прохаживаясь по комнате, быстро поднимая во время вдоха колено согнутой ноги до уровня пояса.  Проделать на «теплом выдохе» упражнения с мысленным счетом. | 1. Проделывается 3-5 таких ритмических дыхания 2. Вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать — через рот. Вдох от выдоха нельзя отделять паузой, вдох сразу переходит в выдох. |
| 3 | 10 | **Комплексная релаксационная гимнастика**  **Целевая установка:** сейчас нам нужно будет расслаблять мышцы, освобождаться от избыточного напряжения. Нужно сначала очень сильно напрячься, а затем расслабиться и постараться запомнить эти ощущения.   1. Стоя (сидя). Руки с напряжением медленно развести в стороны, пальцы растопырить. Поочередно расслабить кисти, предплечья и полностью мышцы рук. Руки свободно уронить вниз, выполнить ими маятникообразные движения, постепенно то увеличивая, то уменьшая амплитуду качания. 2. Стоя. Скрестить руки, обнять себя за плечи, сжимая их как можно сильнее, затем расслабиться. 3. Сидя. Выпрямить ноги с напряжением (потягивание), затем расслабить. 4. Стоя. Ноги врозь, руки опущены, пальцы переплетены в замок. Руки с переплетенными пальцами поднять и занести за голову, напрячься. Резко опустить руки с одновременным расслаблением. 5. Стоя (сидя). Поджать с напряжением подушечки пальцев к верхней части ладони, затем быстро выпрямить и растопырить пальцы. Расслабить кисть, покачивая ею на весу с упором на локоть. Добиться, чтобы она висела 6. свободно как плеть. Выполнять попеременно левой и правой рукой или одновременно обеими руками. 7. Сесть на край стула, скрестив ноги. Опереться на пальцы ног, как при поднимании на носки. Руки развести в стороны ладонями вверх, пальцы сжать в кулаки. Вытянуть шею. Напрячь мышцы рук, ног, туловища. Затем максимально расслабиться. Повторить упражнение 2—3 раза. 8. Ходьба с высоким подниманием коленей и вытягиванием вниз ступней ног при напряженных мышцах с последующим расслаблением мышц при опускании то левой, то правой ноги. | Выполняются под счет-напряжение-счет до 5, расслабление- до 10 |
| 4 | 3 | **Комплекс мимических упражнений.**  "Зеркало".  Представьте, что вы вошли в магазин зеркал. Одна половина группы - зеркала, другая - разные зверюшки, которые ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы - зеркала должны точно отражать движения и выражения лиц зверюшек. | Подросткам раздаются картинки с изображениями животных, которых нужно изобразить. |
| 5 | 15 | **Темпо-ритмические упражнения.**   1. Ходьба на месте и по кругу в медленном темпе (возможно под музыку). 2. Прыжки вправо — влево на правую и левую ногу. 3. Хлопки в заданном ритме (метрономом). 4. Передача хлопков по кругу под метроном: встаньте в круг, лицом в центр, по очереди поворачивайтесь друг к другу и прикасайтесь ладонями (хлопайте) 5. Поочередные приседания и подъемы: встаньте в колонну друг за другом, приседайте по очереди на счет. 6. Игра «Эхо»: вы должны воспроизвести хлопки предыдущего и придумать свой ритмический рисунок, и так по кругу. 7. Упражнение «пианино»:сядьте в круг, положите свою левую руку на коленку соседа слева, правую - на коленку соседа справа. Первый делает один хлопок по коленке соседа, второй – два, третий – один и т.д. Сбившийся с темпа – убирает руку.   Сначала упражнения выполняются в медленном темпе, затем темп ускоряется. Повторить 3-4 раза. | **Целевая установка:**  1-3-Выполните упражнения в заданном метрономом темпе.  Четко артикулируйте звуки, но не произносите их.  5- \*Логопед считает под метроном. |
| 6 | 7 | **Релаксация.**  Расслабление на выдохе. «Сосредоточь свой взгляд на  нижней части своего живота или на том, на чем хочешь, и  внимательно следи за своими выдохами. Чувство, возникающее  на выдохе, и есть расслабление. Когда ты выдыхаешь,  ты расслабляешь мышцы груди. С каждым выдохом это расслабление  идет все дальше и дальше. Расслабь мышцы живота.  Со следующим выдохом почувствуй, как приятное  расслабление переходит на мышцы ног... до колена и ниже..-  Расслабь ступни и почувствуй, как по всему телу, от груди до  пальцев ног, прокатилась волна расслабления, освобождения,  отдыха. Ты расслабляешься постепенно, с той скоростью,  с какой хочешь.  Когда ты будешь готов, сосредоточься на мышцах нижней  части спины... Убираем напряжение с мышц верхней части  спины... Волна расслабления охватила твои плечи, постепенно  опускается на руки... опускается до самых пальцев...  Если ты готов, позволь расслабиться мышцам твоей  шеи, чтобы они удерживали голову в очень удобном положении...  Позволь волне расслабления охватить твои подбородок,  щеки, веки, лоб, все мышцы головы. Когда наступит  состояние удобства, приятного расслабления всего тела, дай  мне знать об этом легким наклоном головы или поднятием  пальца. Если какая-то часть твоего тела еще не готова к тому,  чтобы расслабиться, скажи мне об этом после сеанса».  (метод прогрессивной релаксации С.А. Игумнов «Психотерапия и психокоррекция детей и подростков») | Установка: заканчивая работу, нам нужно расслабиться, сядьте так, чтобы было удобно, внимательно слушайте и представляйте то, что слышите. |
|  |  | **Подведение итогов. Домашнее задание**  Отрабатывать дыхательные упражнения. Заучить расслабление по представлению (Шкловского В.М.) и расслабление по представлению на ночь. |  |