Введение.

 Известно, что человек только тогда становится полноправным гражданином данного общества данного общества, когда взаимодействует с другими его членами. Когда происходит усвоение накопленного опыта в рамках отдельно взятой семьи и всей нации, когда осуществляется полноценный обмен этим опытом, когда устанавливаются межличностные контакты.

 Всё это было бы невозможно без речи. Её роль в становлении ребёнка как личности невозможно переоценить. Речь способствует формированию интеллекта, увеличивает познавательную активность, значительно расширяет кругозор маленького человека. Задача взрослых – родителей и педагогов – помочь ему овладеть устной и письменной речью.

 Воспитание звуковой культурой речи – одно из основных задач развития речи дошкольного возраста. К ней относится: речепроизношение, которое включает в себя фонетическую и орфоэпическую правильность речи, её выразительность, чёткую дикцию, а так же умение пользоваться двигательными средствами выразительности (мимика и жесты), элементами культуры речевого общения (общая тональность детской речи, поза и двигательные навыки в процессе разговора), речевым слухом.

 Данное пособие разработано для детей дошкольного возраста, оно направлено на развитие диафрагмального дыхания, фонетической стороны речи и общих моторных движений. Детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитие двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений, снижением скорости и ловкости выполнение упражнений. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Включение фонетической зарядки в интегрированное занятие позволяет помочь ребёнку отвлечься, расслабится, а также закрепить правильное произношение заданного звука. Дети изображают движение разных животных, птиц, транспорт, какие - то предметы и передают их речь и звучание. Ребёнку легче выучить звук, если он непросто произносит его, повторяя за взрослым, а изображает животных звуком и движением.

 Грамотная, чёткая, чистая и ритмичная речь ребёнка – это не дар, она приобретается благодаря совместным усилиям педагогов, родителей и многих взрослых, которые находятся вокруг него. В первую очередь такая речь характеризуется правильным произношением звуков

 Предложенная фонетическая зарядка может использоваться логопедами при проведении занятий, родителями – при самостоятельных занятиях с детьми, воспитателями ДОУ – на речевых занятий, воспитании звуковой культуры речи.

 Проводя фонетическую зарядку важно знать: проводить на каждом занятии (5 мин), проводить в разном исходном положении, контролировать произношение звука совместно с движением, помогать, поощрять словом.

 Фонетическая зарядка для детей младшего возраста (3-4 года).

«Курочка» И. п. ноги на ширине плеч, руки по бокам, слегка в стороны (как крылья), ходьба, поднимая и опуская руки, произнося при этом ко-ко-ко.

«Цыплятки» И. п. ноги на ширине плеч, руки изображают маленькие крылышки, бегают и пищат пи-пи-пи.

«Котята» И. п. на коленях и на ладонях, дети ползают и произносят: «Мяу- мяу-мяу…»

«Матрёшки кланяются» И.п. ноги слегка расставлены, руки вниз. Наклонится вперёд, отвести руки назад, выпрямится. 4-5 раз.

«Починим колеса». И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Присесть, хлопнуть по коленям, сказать: «Хлоп» вернуться в и. п. 5 раз.

«Какая красивая бабочка» Произнесение на длительном выдохе «Ах-ах, ох-ох»

«Прыжки» И. п. ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполняем прыжки на месте. Затем ходьба и вновь прыжки на месте.

«Самолёты» И. п. ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед грудью. 1- руки делают круговые движения, заводят моторчик. 2 – руки в стороны и побежали в разном направлении, изображая крылья самолёта, произнося при этом: «У-у-у-у..»

«Маленькие - большие» И.п. ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1- присели (маленькие). 2-встали (большие). 5 раз.

«Птички полетели» И. п. ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, изображают крылья. 1- птицы полетели, машут крыльями. 2- сели, посидели, поклевали зёрнышки. 3- встали, опять полетели. 4- опять сели. 5-6 раз.

«Большие ноги, маленькие ноги» И. п. ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1- пошли и поднимаем высоко колени (большие ноги) при этом дети произносят: «топ-топ-топ». 2- пошли, просто шагаем маленькими шагами (маленькие ножки) при этом произносят быстро: «топ-топ-топ»

«Мишки» И.п. ноги на ширине плеч, руки опушены, слегка согнуты. Ходим как медведи, медленно, переваливаясь с боку на бок. При этом произносим: «А-а-а» (низким голосом).

«Гуси» И.п. ноги на ширине плеч, руки рядом, изображают крылья. 1- пошли, машем руками, и поднимаем высоко колени, При этом произносим: «Га-га-га»

 Фонетическая зарядка для детей среднего возраста (4-5 лет).

«Дудочка». Дети «дудят в дудочку», словно приглашая грибы повеселиться: «ду-ду-ду»

«Грибочки пляшут». И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Развести руки в стороны, опустить, сказать: «Ох!» Упражнение повторить 5 раз.

«Грибочки шалуны» И.п. лёжа на спине, руки вдоль туловища. Поднять правую (левую) ногу, опустить, вернуться в и. п. 5 раз.

«Красивая игрушка» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Подняться на носки, руки в стороны – вверх, вдох носом. Опуститься на всю стопу, руки вниз, произнести: «А-а-а-ах» повторить 3-4 раза.

«Матрёшки пляшут». И. п. ноги слегка расставлены, руки внизу. Развести руки в стороны, приподнять плечи вверх, опустить сказать: «Ох» 4-5раз.

«Матрёшки качаются» И. п. ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), выпрямится. 6 раз.

«Как гогочет гусь» И. п.: ноги на ширине плеч, руки за спиной, сложены одна поверх другой. Сделать глубокий медленный вдох носом, слегка наклониться вперёд, медленно развести руки в стороны и на длительном выдохе произнести: «Га-га-га»

«Гуси шипят». И.п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперёд, развести руки в стороны, произнести «ш-ш-ш», вернуться в и. п. 5 раз.

«С горки» Предложить детям представить, что они катятся с горки на санках. Дети делают глубокий вдох носом. На выдохе произнести: «У-у-у-ух»

«Погреем плечики» И. п. ноги на ширине плеч, руки в стороны. Обхватить кистями рук противоположные плечи, сказать: «Ох», вернуться в и.п. 6 раз.

«Машины заводят моторы». И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Согнуть руки в локтях, вращать руками одна вокруг другой, произнести: «Р-р-р», вернуться в и. п. 5 раз.

«Машины зажигают фары» И. п. ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять руки в стороны, согнуть в локтях, показать ладошки, опустить. 6 раз.

«Ёлочки» И. п. ноги слегка расставлены, руки разводим в стороны и опускаем со словами «Ах-ах-ах»

«Ёлочки качаются» И. п. стоя на коленях, руки на поясе. 1- наклон вправо. 2- и.п. Тоже влево, упражнение повторить 3 раза.

«Восхищаемся яркой окраской бабочки» Произнести на длительном выдохе «Ах-ах, ох-ох»

«Как гудят машины на перекрёстке». И. п. ноги на ширине плеч, руки на поясе. Вдох носом, выдох с произнесением слов «Би-би-би!»

«Постучите по коленям». И.п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперёд, постучать по коленям, сказать: «Тук-тук», выпрямиться. 6 раз.

 Фонетическая зарядка для детей старшего возраста (5-6лет).

 «Подготовка к полёту» И.п. ноги на ширине плеч, руки внизу, спина прямая, плечи опущены. Открываем глаза, вдох-тянем долго «А-а-а»

«Хлопки крыльями» И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Раскачивать руки вперёд-назад с хлопками впереди. Во время хлопка говорить «Хлоп» 6-8 раз.

«Силачи» И.п. ноги на ширине плеч, руки на диафрагме – вдох. На выдохе дети произносят: «Ура-а-а»

«Мы штангисты» И. п. стоя, ноги врозь. 1-палку на грудь, 2-с силой вверх, 3-на грудь, 4-вниз. 6 раз.

«Достань носки ног» И. п. сидя, ноги врозь, палка в руках на бёдрах – вдох. 1-3- наклон вперёд, коснутся палкой носков ног- выдох. 4- и.п. 6 раз.

«Шуршит метла» И.п. основная стойка палка внизу. 1- прыжком ноги врозь, палку вверх. 2-вернуться в и.п. 2-3раза.

«Звуки леса» И.п. ноги на ширине плеч, руки внизу. 1-вдох носом. Подняться на носки, руки вверх – в стороны. 2-вернуться в и.п., выдох ( на первом выдохе говорим «ку-ку-ку», а на втором «тук-тук») 4 раза.

«Разминаем ножки» И.п. основная стойка, флажки внизу. 1-2- присесть, вытянуть флажки вперёд, сказать «сели». 3-4-вернуться в и.п. 7 раз.

«Звуки космоса» И. п. ноги на ширине плеч. Дети на длительном выдохе произносят звук «У-у-у»

«Состояние невесомости» И.п. лёжа на спине, руки вдоль туловища. 1- сед с прямыми ногами, руки, вниз. 2- вернуться в и.п. 4-6 раз

«Подышим морским воздухом» И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу. 1- глубокий вдох носом, подняться на носки, руки- в стороны, вверх. 2- выдох с произнесением длительного звука «А-а-а», вернуться в и.п. 3-4 раза.

«Водоросли» И. п. ноги врозь, руки внизу. 1- поднять прямые руки перед собой вверх. 2- наклон туловища вправо. 3- выпрямиться руки вверх. 4- и.п. 6 раз.

«Комарик» И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу. 1- подняться на носки, руки в стороны – вверх, вдох носом. 2- вернуться в и. п., выдыхая воздух изо рта, произнести звук «з-з-з» максимально долго.

«Муравей» И. п. И.п. сидя, ноги прямые вместе, руки в упоре сзади. 1-3- с силой потянуть носок правой (левой) ноги на себя. 2-4- вернуться в и. п. 6 раз.

 Фонетическая зарядка для детей подготовительной к школе группе (6-7 лет).

 «Шум ветра» Когда дует сильный ветер, в лесу качаются деревья. Они низко наклоняют свои ветви, то в одну, то в другую сторону, а ветер громко воет «У-у-у-у!»

 «Улетают птицы» И.п. ноги слегка расставлены, руки опущены вдоль туловища. 1-глубокий вдох носом. 2-медленный выдох с произнесение слов «На ю-у-у-у-г»

«Листочки» И.п. ноги на ширине плеч, ступни параллельно, руки с листочками вверху. 1- наклониться вперёд, не сгибая ног, положить листочки на пол перед собой, выдох. 2-выпрямиться, руки за голову, хорошо прогнуться, вдох. 3- наклониться, взять листочки, выдох. 4-выпрямиться, поднять листочки вверх, вдох. 6 раз.

«Цапля машет крыльями» И.п. пятки вместе, носки врозь, руки внизу. Поднять руки в стороны, сделать несколько волнообразных движений, опустить. 7 раз.

«Весы» И.п. стоя лицом друг к другу, пятки вместе, носки врозь, держаться за руки. Поочерёдно приседание, не отпуская рук партнёра. 6-8раз.

«Песенка метели» Сделать глубокий вдох носом. На длительном выдохе произнести «А-а-а-а…» 2 раза.

«Ярмарочные зазывалы» Сделать носом глубокий вдох. На длительном выдохе произнести: «Ту-ру-ру-у-у-у…» Руками показать дудочку.

«Физкультурники» Дети делают глубокий вдох носом. На длительном выдохе произносят: «Ура-а-а-а…» 2-3 раза.

«Гребцы» И.п. стоя, ноги на ширине плеч, палку в горизонтальном положении держать ближе к середине. Поворот, вправо и влево, имитируя греблю на байдарке. 4-5 раз.

«Медузы» И.п. ноги на ширине плеч, слегка согнутые в коленях, руки согнуты в локтях перед грудью. 1- развести руки в стороны, очертить круги перед собой, выпрямить ноги, подняться на носки, втянуть живот, вытянуть шею. 2 – и.п. 6-8 раз.

«Салют» 1-вдох носом. 2-длительный выдох, произнести слово «Салю-у-у-ут!»

3 4-повторить.

«Мы сильные» И. п. основная стойка, руки к плечам, кисти сжаты в кулаки, подняться на носки, вдох. 1, 2- с силой руки вверх, разжимая кулаки, подняться на носки, вдох. 3,4-и.п., выдох.

«Шалаш» И. п. упор на коленях, руки на поясе. 1,2- выпрямить ноги, переходя на носки, не сгибая руки, выгнуть спину. 3, 4- и.п. 6-8 раз.

«Весёлые спортсмены» Мы ловкие, смелые, спортсмены умелые.

 Любим спортом заниматься и, конечно же, смеяться.

Как мы смеёмся? «Ха-ха-ха!»

Слова «Ха-ха-ха!» дети произносят на длительном выдохе. 2 раза.

 Литература:

1. Болотина Л. Р., Микляева Н. В., Родионова Ю. Н. Воспитание звуковой культуры речи. Айрис Пресс Москва 2006
2. Галанов А.С. Психическое и физическое развитие ребёнка от трёх до пяти лет. Аркти. Москва. 2003.
3. Кириллова Ю.А., Лебедева М. Е., Жидкова Н.Ю. Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет. Спб. Детство-Пресс 2005.
4. Лосева П. Н. Коррекция речевого и психического развития детей 4-7 лет. Сфера. Москва 2005.
5. Пожиленко Е. А. Артикуляционная гимнастика. Каро. Спб. 2006.
6. Сазонова С. Н. Развитие речи дошкольников с ОНР. Akademia. Москва 2003.