

Консультация для педагогов ДОУ

«Голос педагога: берём и развиваем»





«Тот, кто владеет своим голосом -
владеет собой.

Тот, кто владеет собой - свободен.

Выбор свободного человека -
безграничен.

Откройте свой голос, и позвольте себе
быть свободным!!!»

Г  Л О С

ГОЛОС



ВЫПОЛНЯЕТ
коммуникативную и
информативную функцию



ЯВЛЯЕТСЯ
орудием труда, инструментом,
обеспечивающим
профессиональную деятельность

ГОЛОС

СИЛА

ВЫСОТА

ТЕМП

ТЕМБР

ДИКЦИЯ

ВНЯТНОСТЬ

ИНТОНАЦИЯ

МЕЛОДИЧНОСТЬ

ПОДВИЖНОСТЬ

РЕГИСТРЫ



Характеристика хорошего голоса

- + приятный, окрашенный интонацией
- + вибрирующий, выразительный
- + спокойный, естественный
- + хорошо модулированный, богатый
- + доверительный, наполненный
- + управляемый, звучный
- + тёплый, доброжелательный
- + мелодичный, уверенный
- + заботливый, дружеский



Характеристика плохого голоса

- гнусавый, робкий
- резкий, отрывистый
- хриплый, слишком громкий (тихий)
- дрожащий, бесцветный
- плаксивый, неуверенный
- с одышкой, напряженный
- монотонный, слабый и скучный



ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ !

НАРУШЕНИЯ ГОЛОСА

– достаточно распространенная патология среди педагогов и воспитателей детских садов.



ФАКТОРЫ, **оказывающие неблагоприятное** **влияние на голос педагога:**

большое количество
воспитанников в группе

1

постоянные гул и шум,
создаваемые детьми

2

большое количество
занятий

3

4

пребывание то в
помещении, то на воздухе

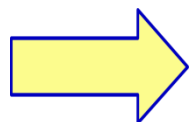
5

хронические
эмоциональные перегрузки

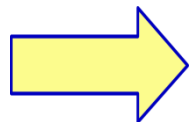
6

стрессогенность
образовательной среды

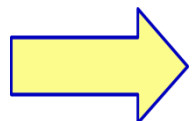
Правила гигиены голоса



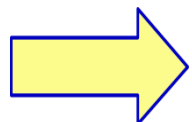
Расстояние между собеседниками не должно превышать 1 м.



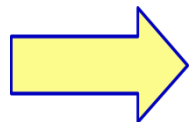
Располагайтесь в центре комнаты, тогда все Вас хорошо услышат и вам не придётся напрягать голос.



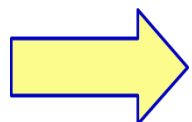
Говорите достаточно громко, с удобными для Вас высотой тона и темпом речи.



Говорите легко, плавно и без усилий.

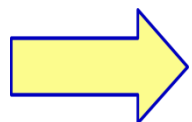


Следите за осанкой.

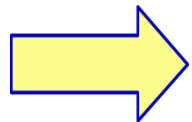


Когда Вы устали, экономьте свой голос.

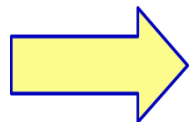
Правила гигиены голоса



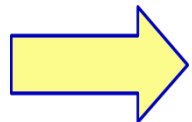
Не используйте свой голос неправильно.



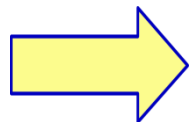
Не пользуйтесь часто шёпотом.



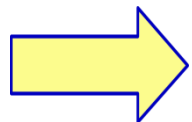
Старайтесь не говорить в шумной обстановке.



Опасно для голоса пение и длительная голосовая нагрузка на холоде.



Необходимо «разогреть» и «остудить» свой голос.



После окончания рабочего дня нужно в течение 2-3 часов избегать продолжительных разговоров.

Рекомендации по профилактике заболеваний голоса:



1) Укрепляйте своё здоровье: занимайтесь физкультурой, однако без чрезмерных нагрузок и шума.

2) Не работайте и не выступайте публично, будучи нездоровыми.

3) Следите за общим состоянием своего здоровья.

4) Соблюдайте сбалансированную полноценную диету.

5) Не ешьте слишком горячую, соленую и острую пищу, семечек, орешки, шоколад и газосодержащие напитки.

6) Не ешьте и не пейте холодную пищу.



Рекомендации по профилактике заболеваний голоса:



7) Пейте больше воды, чтобы не позволять вашему телу испытывать риск обезвоживания.

8) Самые грозные враги – сигареты и алкоголь.

9) Спите столько, сколько Вам необходимо.

10) Избегайте пребывания в пыльных, холодных, прокуренных или шумных помещениях.

11) В сильные морозы старайтесь не дышать ртом.

12) Слушайте музыку.



Какие же правила нужно выполнять для реализации коммуникативной функции и для снижения голосо-речевой нагрузки???

Следите за своим здоровьем

Проводить релаксационные минутки, в организации которых может помочь педагог-психолог ДОО

Соблюдать правила гигиены голоса

Контролировать голосо-речевую нагрузку в течение дня

Включать на занятиях фрагменты фильмов/мультфильмов, видеоролики с компьютерными героями

Подбирать интонацию адекватно педагогической ситуации

Использовать с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей дидактический материал

Понижать силу голоса и применять пантомимические и другие средства при возникновении в группе шумных ситуаций

Создать знаковую систему общения с детьми в группе

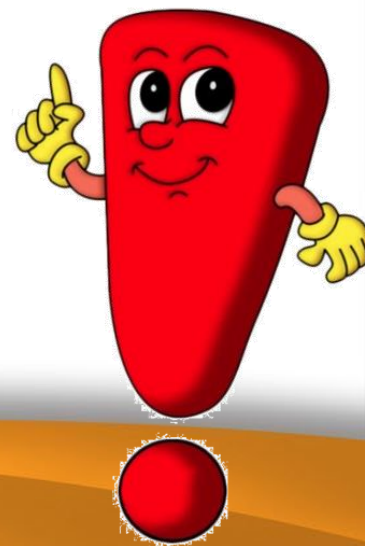
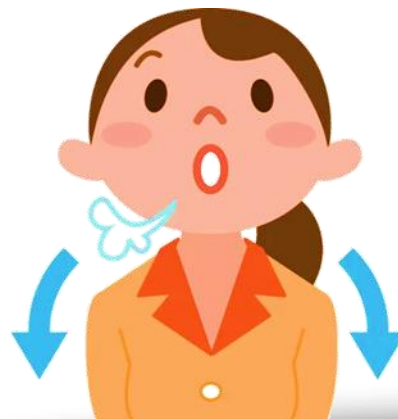
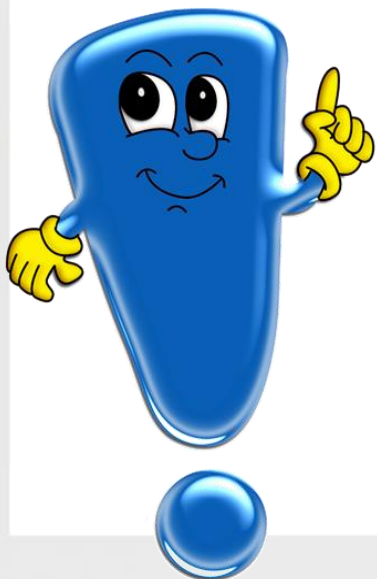


Специальные упражнения на развитие голосо-речевых навыков

1. Упражнения на развитие дыхания

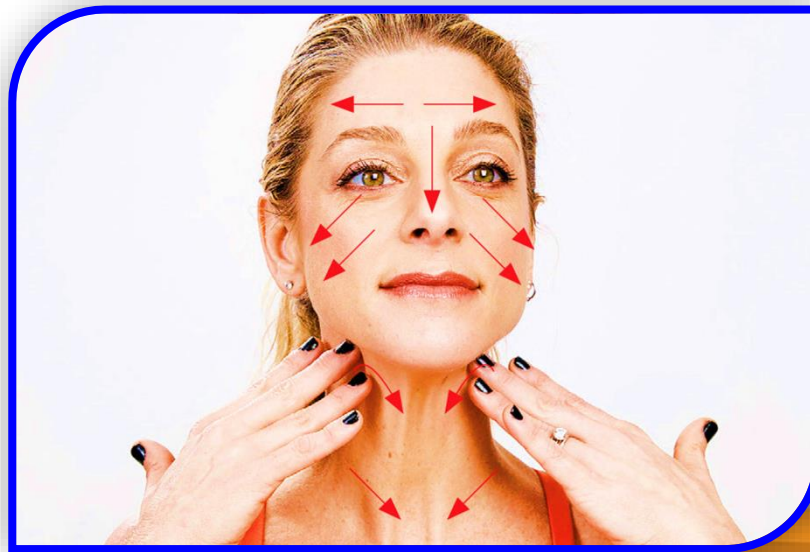
Упражнения на развития
физиологического
дыхания

Упражнения на
формирования
фонационного дыхания



Специальные упражнения на развитие
голосо-речевых навыков

2. Упражнения для настройки речевого аппарата на звучание, для активизации движений лицевой мускулатуры, для улучшения мимики лица



Специальные упражнения на развитие
голосо-речевых навыков

**3. Упражнения для
активизации и тренировки
мышц гортани**

Упражнение
«Повороты»



**4. Упражнения для
наращивания диапазона
голоса**

Упражнение
«Колокол»



Специальные упражнения на развитие
голосо-речевых навыков

5. Массаж связок



Специальные упражнения на развитие
голосо-речевых навыков

6. Упражнения для выработки дикции

**БИ БЭ БА БО БУ БЫ ПИ
ПЭ ПА ПО ПУ ПЫ**



Иголлка-иголка,
ты остра и колка,
не коли мне пальчик,
шей сарафанчик.



Специальные упражнения на развитие голосо-речевых навыков

7. Комплексы артикуляционной гимнастики



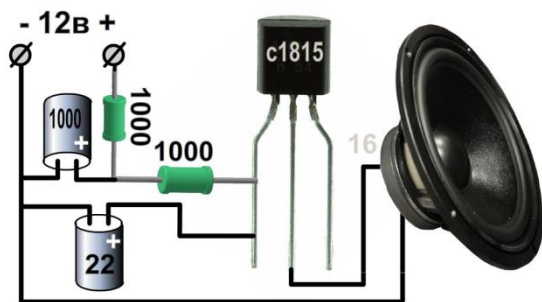
8. Упражнения для развития силы голоса



Специальные упражнения на развитие голосо-речевых навыков

9. Упражнения на изменение высоты голоса

Упражнение «Генератор звука»



Упражнение «Инопланетянин»



Упражнение «Колокол»



Специальные упражнения на развитие
голосо-речевых навыков

**10. Упражнения для тренировки
темпа речи**



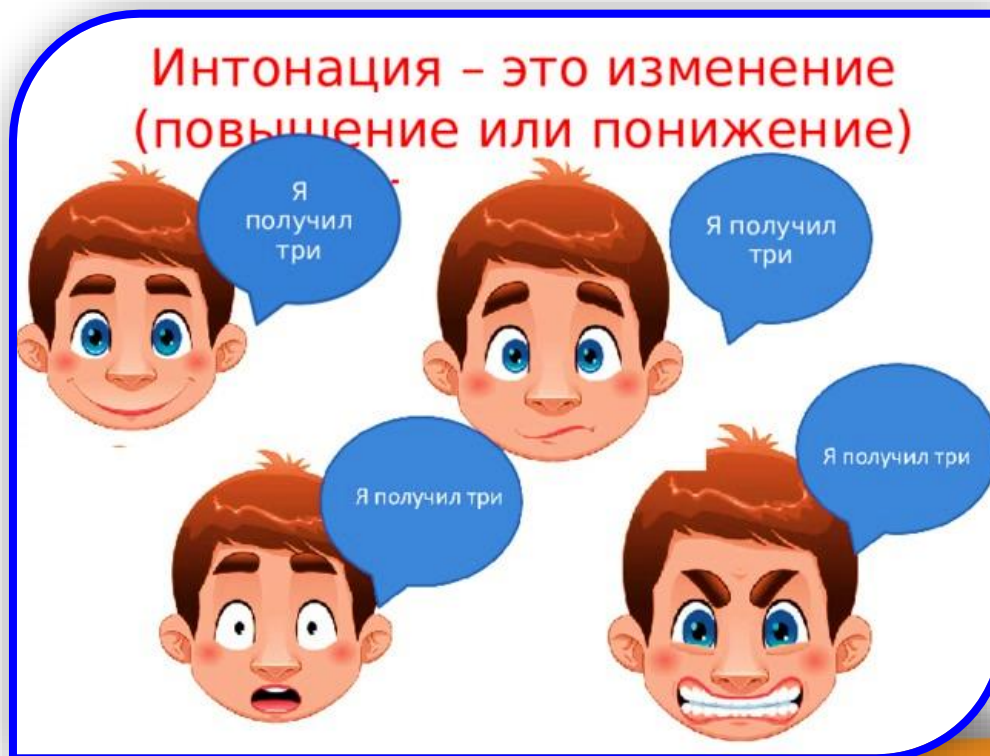
«Бабкин боб расцвел в дождь:
будет бабке боб в борщ»



- ☐ Вы диктуете нерадивому ученику данное сообщение.
- ☐ Вы рассказываете данную новость хорошему другу в неторопливой беседе.
- ☐ Вы рассказываете данное сообщение большой аудитории.
- ☐ Вы рассказываете данную новость кому-либо, когда у вас совсем нет времени.

Специальные упражнения на развитие голосо-речевых навыков

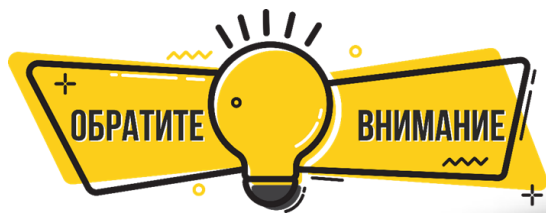
11. Упражнения на развитие мелодико-интонационной стороны речи



ВЫВОД

Работа по развитию голоса трудоёмкая и чрезвычайно индивидуальна

Если беречь голос, ухаживать за ним, рачительно
пользоваться голосом, закалять его и
тренировать, то он может долгие годы
выдержать большую профессиональную
нагрузку и остаться свежим, гибким
и звучным, красивым!



СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!!!

