

Артикуляционная гимнастика - основа правильного произношения

Для чистого звукопроизношения нужны сильные, упругие и подвижные органы речи – язык, губы, мягкое нёбо. Все речевые органы состоят из мышц. И если можно тренировать мышцы рук, ног, спины, значит можно тренировать мышцы языка, губ. Для этого существует специальная гимнастика, которая называется артикуляционной. Даже если ваш ребёнок ещё не говорит, артикуляционная гимнастика поможет укрепить мышцы органов речи и подготовит базу для чистого произношения звуков.

Выполняя артикуляционную гимнастику, будьте настоящими артистами, проявите фантазию. Выбирайте время, когда ребёнок в хорошем настроении. Лучше всего делать упражнения перед зеркалом, хотя можно играть и во время прогулки, обеда (облизать губки, дотянуться до носа языком и т. д.) Много времени и сил для этого не нужно. Чем старше становится ребёнок, тем сложнее упражнения. Рекомендуемое число повторений каждого упражнения – 6 – 8 раз. Все упражнения нужно выполнять в медленном темпе.

Вот некоторые примеры:

- «Окно»: широко открыть рот, закрыть
- «Шарик лопнул»: надуть щеки, сдуть
- «Вкусное варенье»: облизать губки по кругу, дотянуться с силой язычком до носика, щек, подбородка (представьте, что вы выпачкались в варенье)
- «Барабанщик»: приоткрыть ротик, побарабанить язычком по верхним зубкам
- «Слонёнок»: вытянуть вперёд губы трубочкой, «сделать хобот», «набрать им водичку», слегка причмокивая
- «Заборчик»: улыбнуться с напряжением, обнажив зубы
- «Паровозик»: погудите, у – у – у, губы трубочкой, можете показывать при этом игрушечный паровозик
- «Пароход гудит: ы – ы- ы...
- «Часики»: покажите ребёнку часы с маятником, пусть малыш изобразит, как он работает, точно так же подвигайте языком: вправо – влево, в уголки рта

- «Орешки»: с закрытым ртом кончик языка поочерёдно с напряжением упирается в щёки, на щеках образуются твёрдые шарики – «орешки»
- «Почистим зубки»: провести язычком по верхним, потом по нижним зубам
- «Лошадка»: щёлкать язычком, как цокают лошадки, играя при этом с игрушечной лошадкой

Используя эти упражнения, можете сами придумать и разыграть сказку. Например: «Проснулся утром язычок, открыл окошко (широко открыть рот), посмотрел вверх- где же солнышко? (Вытянуть язык вверх к носу) и стал искать его: посмотрел налево, направо (вытянуть язык к правой и к левой щекам) и т. д. Проявите фантазию.

Дыхательная гимнастика

Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и является профилактикой речевых нарушений.

Рекомендации родителям по выполнению дыхательной гимнастики

- Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.
- Выдох должен быть длительным, плавным
- Необходимо следить, чтобы не надувались щёки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками)
- Упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя
- Достаточно 5 – 6 повторений, многократное повторение дыхательных упражнений может привести к головокружению
- Через несколько занятий усложните упражнения: во время выдоха пусть язык лежит на нижней губе

Дыхательная гимнастика с использованием игровых приёмов

«Футбол»: из кусочка ваты скатайте шарик. Это мяч. Ворота – два кубика. Ребёнок дует на «мяч», пытаюсь «забить гол». Вата должна оказаться между кубиками.

«Прокати машинку через ворота»: ребёнок дует на машинку, пытаюсь прокатить её через ворота.

«Ветряная мельница»: Для этой игры необходима игрушка – вертушка. Ребёнок дует на лопасти игрушки, взрослый сопровождает его действия стихотворным текстом: «Ветер, ветер, та могуч, ты гоняешь стаи туч!»

«Снегопад»: Сделайте снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложите ребёнку устроить снегопад у себя дома. Положите «снежинку» на ладошку ребёнку. Пусть он правильно сдует её.

«Листопад»: вырежьте из тонкой цветной бумаги жёлтого и красного цветов осенние листья: дубовые, кленовые, берёзовые (можно использовать настоящие листья деревьев). Предложите ребёнку устроить листопад, сдувая листочки с ладони.

«Бабочка»: Вырежьте из бумаги несколько бабочек, к каждой привяжите нитку. Держите «бабочку» на уровне лица ребёнка. Предложите малышу подуть на бабочку длительным плавным выдохом, «чтобы она полетела».

«На пруду»: дуть на резиновые игрушки в тазу с водой

«Шторм в стакане»: Для этой игры необходима соломинка для коктейля и стакан с водой. Посередине широкого языка кладётся соломинка, конец которой опускается в стакан с водой. Ребёнок дует через соломинку, чтобы воды забурлила. Следите, чтобы щёки не надувались, а губы были неподвижны.

«Живые предметы»: возьмите карандаш или другой предмет, положите его на ровную поверхность (на стол). Предложите ребёнку плавно подуть на него. Предмет будет двигаться по направлению воздушной струи.

«Дудочка»: предложите ребёнку поиграть на детском музыкальном инструменте дудочке.

«Мыльные пузыри»

«Надуй воздушный шарик»

«ПРОКАТИ МАШИНКУ ЧЕРЕЗ ВОРОТА»



«НА ПРУДУ»





УПРАЖНЕНИЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ ДЛИТЕЛЬНОГО
ПЛАВНОГО ВЫДОХА
«ЛЕТНИЙ ВЕТЕРОК»

Предложите ребёнку изобразить лёгкий летний
ветерок - подуть на цветы, пчёлку, бабочек
длительно и плавно



«ПОДУЙ НА СНЕЖИНКУ»

Предложите ребёнку подуть на снежинку

«СДУЙ СНЕЖИНКУ С ЛАДОШКИ»

Положите снежинку на ладошку ребёнку, пусть он её
правильно сдует



ПОСОБИЯ ДЛЯ УПРАЖНЕНИЙ ПО РАЗВИТИЮ

ДЛИТЕЛЬНОГО ПЛАВНОГО ВЫДОХА:

«Петушки», «Шторм в стакане», «На пруду»,

«Листопад», «Овощи – фрукты», «Подуй на снежинку».

Упражнение «Пароходик гудит».

Предложите ребёнку изобразить, как гудит пароход:
приложить стеклянный пузырёк к нижней губе и подуть на
слегка высунутый язычок длительно и плавно.

Подготовила – учитель-логопед Максимова Л.В.