

## Консультация для родителей «Волшебная гимнастика для дома и детского сада»

Составила учитель-логопед Галкина Ю.В.

Дата размещения 18.05.2020

Артикуляционные органы нужны для правильного произношения звуков. Благодаря их силе мы говорим сплошным потоком речи, а не вырываем отдельные звуки. С малых лет человек совершает множество манипуляций артикуляционным аппаратом, благодаря чему развивается речевой навык. Иногда у ребенка возникают трудности с произношением слов. Тогда на помощь приходит артикуляционная гимнастика – комплекс упражнений, направленных на развитие речи.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

Артикуляционная гимнастика для детей должна проводиться регулярно.

Важно следовать таким правилам:

- Занятия стоит проводить каждый день перед зеркалом. Оптимальный вариант – 3-4 раза в день по 3-5 минут.
- Каждое упражнение должно повторяться не менее 5 раз.
- Если подразумевается статическая нагрузка, нужно выполнять задание в течение 10-15 секунд.
- В начале занятия ребенку нужно предложить самые простые упражнения, а потом постепенно переводить его к более сложным.
- Оптимальная поза для выполнения упражнений – сидя, руки расслаблены, спина прямая. Но если ребенку не комфортно сидеть, нужно позволить ему стоять.
- Ребенок должен отлично видеть не только свое лицо, но и лицо родителя. Поэтому перед зеркалом должен находиться не только он, но и взрослый.
- Родитель должен показать, как правильно делать упражнение, а затем контролировать правильность выполнения.

### Артикуляционная гимнастика для детей 3-4 лет

Малыши такого возраста не способны концентрироваться на чем-то длительный промежуток времени. Они очень быстро утомляются, поэтому в комплекс нужно включать по 2-3 упражнения. Вот оптимальные динамичные занятия для детей до 4 лет:

- «Иголка». Скажите ребенку, чтобы он высунул язычок и тянулся им вперед как можно дальше. При этом он должен быть максимально узким, то есть напоминать маленькую змейку.
- «Блинчик». Ребенок должен расслабить язычок, уложив его на нижнюю губу. Затем нужно то открывать, то закрывать ротик. Язык должен находиться в одном и том же положении.
- «Чистка зубов». Кончик языка должен скользить по верхнему и нижнему ряду зубов слева направо. Это упражнение повторяется по 2 раза с верхним и нижним рядом.
- «Часы». Малыш должен с помощью языка имитировать часовой маятник. Для этого нужно приоткрыть рот, а затем кончиком языка касаться то правого, то левого уголка.
- «Качели». Это упражнение, очень похожее на предыдущее, только язычок должен то подниматься вверх, то опускаться вниз, имитируя качели.
- «Толстячки». Ребенок должен надуть обе щеки. Затем нужно поочередно надувать то правую, то левую щеку.
- «Шарики». Как и в прошлом упражнении, ребенок должен максимально надуть щеки. Затем попросите его, чтобы он ручкой слегка ударил по ним, чтобы воздух полностью вышел.

Все динамические упражнения выполняются в соответствии с рекомендациями, данными в предыдущем разделе. Вот несколько полезных статических занятий. Напоминаем, в статических упражнениях ребенок должен сидеть 10-15 секунд:

- «Бегемотик». Малыш должен широко раскрыть ротик и остаться в такой позе.
- «Улыбка». Попросите ребенка сильно улыбнуться, но при этом не показывая зубов, и замереть в таком положении.
- «Трубочка». Ребенок должен скрутить губы в трубочку, как уточка, и замереть в таком положении.
- «Блинчик». Нужно полностью расслабить мышцы языка, уложив его на нижнюю губу, замереть в такой позе.
- «Худышки». Полная противоположность упражнению «толстячок». Ребенок должен максимально втянуть щеки.

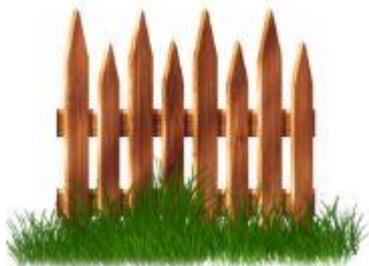
Для максимального эффекта статические и динамические занятия нужно менять. Чередуйте их, показывайте малышу все на своем примере, параллельно проводите логичные ассоциации.

### Артикуляционная гимнастика для детей 5-7 лет

Дети от 5 лет, если с ними занимались ранее, уже хорошо подготовлены к выполнению упражнений, поэтому время занятий можно продлить на 3-5 минут. Упражнения из предыдущего комплекса вполне подойдут для этой

возрастной категории, но их нужно постоянно дополнять. И делать это можно с помощью таких упражнений:

### Упражнение "Заборчик"

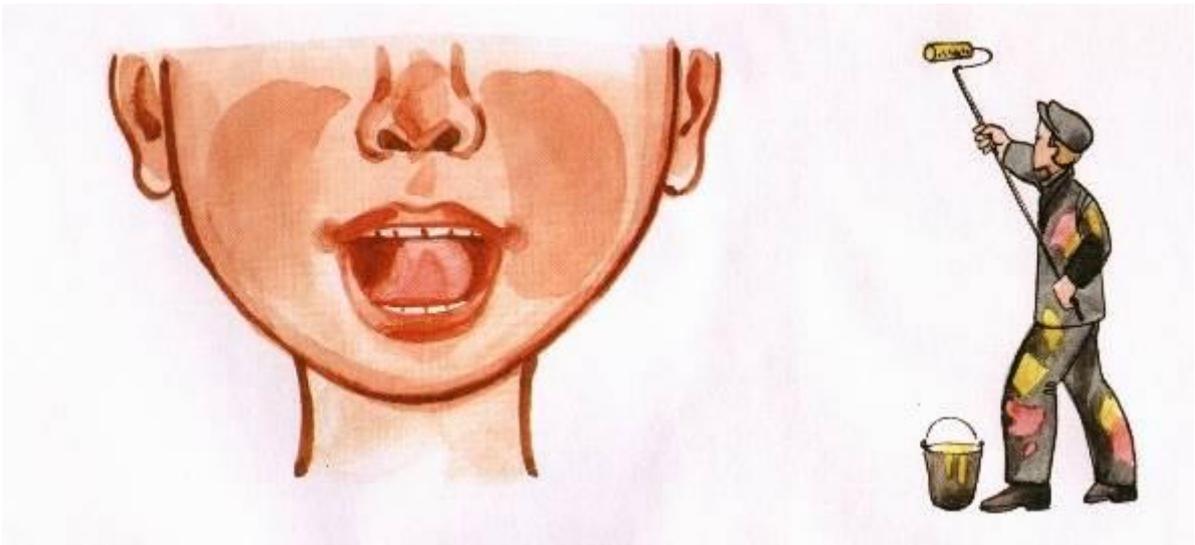


«Заборчик». Как в одном из предыдущих упражнений, ребенок должен широко улыбнуться. Отличие в том, что теперь зубы должны быть максимально обнажены.

### Упражнение "Парус"

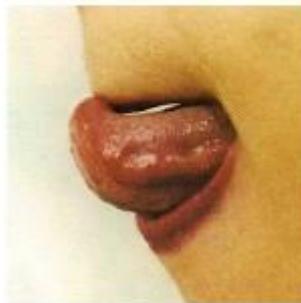


«Парус». Ребенок должен кончик языка опереть о верхние зубки, замерев в таком положении.



«Маляр». Малыш должен представить, что его язычок – это кисточка, с помощью которой он должен покрасить небо. Кончиком языка нужно проводить по небу от горла к зубам.

### Упражнение "Индюшонок"



«Индюк». Малыш должен двигать языком по верхней губе вправо и влево в быстром темпе.

## Упражнение "Чашечка"



«Чашка». Ребенок должен широко раскрыть ротик, поднять язычок вверх, но при этом не задевать им зубки.

## Упражнение "Варенье"



«Варенье». Ребенок должен представить, что его верхняя губа испачкалась в варенье. Язычком нужно слизать лакомство. Для более творческого подхода и заинтересованности малыша его губу действительно можно измазать в варенье.

## Упражнение "Дятел"



«Дятел». Ребенок должен представить, что его язычок – это клюв дятла. Им нужно в быстром темпе стучать по верхнему ряду зубов.

## Упражнение "Лошадка"



«Лошадка». Малыш должен «цокать» язычком, имитируя стук лошадиных копыт. С первого раза это упражнение может не получиться, но со временем он его полностью освоит.

## Упражнение "Грибок"



«Грибок». Малыш должен «приклеить» язычок к небу и остаться в таком положении на несколько секунд.

## Упражнение "Гармошка"



«Гармошка». Сначала ребенок должен принять позу из предыдущего положения. Затем ему нужно несколько раз открыть и закрыть ротик.

Артикуляционную гимнастику можно выполнять под веселые стихотворения:

### **У бабушки с дедушкой**

Толстые внуки приехали в гости *(Надуваем щёки.)*

С ними худые – лишь кожа да кости. *(Втягиваем щёки.)*

|  |  |
|--|--|
| Бабушка с дедушкой всем улыгнулись.    | <i>(Губы в широкой улыбке, видны верхние и нижние зубы.)</i>                             |
| Поцеловать они всех потянулись.        | <i>(Губы тянутся вперёд.)</i>  |
| Утром проснулись – в улыбочку губы,    | <i>(Снова широкая улыбка.)</i>   |
| Чистим мы свои верхние зубы            | <i>(Широкий язык за верхними зубами.)</i>  |
| Вправо и влево, внутри и снаружи,      | <i>(Соответствующие движения широким языком.)</i>  |
| С нижними зубками тоже мы дружим.      | <i>(Повторение этих движений языком в положении за нижними зубами.)</i>                  |
| Губы сожмем мы и рот прополощем        | <i>(Поочерёдное надувание щёк — губы не пропускают воздух.)</i>                          |
| И самоваром пыхтим, что есть мочи.     | <i>(Одновременное надувание обеих щёк с последующим выпусканьем воздуха через губы.)</i> |
| Блюдца поставим – положат блины нам.   | <i>(Широкий язык лежит на нижней губе.)</i>  |
| Дуем на блинчик – не в щёки, не мимо.  | <i>(Подуть на широкий язык.)</i>   |
| Блинчик жуём, завернём и прикусим      | <i>(Жуём распластанный язык, потом прикусываем его, завернув за нижние зубы.)</i>        |
| Блинчик с вареньем малиновым вкусным.  | <i>(Облизываем широким языком верхнюю губу спереди назад.)</i>                           |
| Чашки поставим, чтобы чаю налили,      | <i>(Широкий язык загибаем кверху чашечкой),</i>  |
| На нос подули – мы чай остудили.       | <i>(Подуть с «чашечки» вверх.)</i>   |
| Чаю попили – никто не обижен.          | <i>(«Чашечка» двигается вперёд-назад.)</i>   |
| Вкусные был завтрак, мы губки облизем. | <i>(Кончик языка облизывает губы по кругу.)</i>  |
| Бабушка шила, а Барсик с катушкой      | <i>(Кончик языка зацепляем за нижние губы и двигаем язык вперёд-назад.)</i>              |
| Бегал, как будто с живою зверюшкой     |  |
| Бабушке нашей всегда помогаем:         | <i>(Узкий язык вытянут вперёд.)</i>  |
| Нитки в иголки мы ей продеваем.        |  |
| Бабушка швы на машинке строчила        | <i>(Узкий язык двигается вперёд-назад.)</i>  |
| И на зигзаг её переключила.            | <i>(Узкий язык двигается влево-вправо.)</i>  |
| Петли иголкой она обметала,            | <i>(Кончик языка описывает круг за губами.)</i>  |

Пуговики круглые  
пришивала. *(Кончик языка упирается то в одну, то в другую щёку, а палец пытается втолкнуть его в рот.)*

Дедушка сделал для внуков качели. *(Широкий язык ставится попеременно то за верхние, то за нижние зубы.)*

Все мы на них покачаться  
успели. *(Широкий язык убирается под верхнюю губу.)*

После качелей мы в прятки  
играли *(Широкий язык - под нижнюю губу.)*

Прятались на чердаке и в  
подвале.

Дедушка скачет на лошади  
ловко, *(Щёлкаем языком.)*

Звонки вязнут на глине  
подковки. *(Цоканье на верхней губе.)*

Вот замедляет лошадка  
шажочки, *(Медленное цоканье с натягиванием подъязычной связки.)*

Вот на опушке мы видим  
грибочки *(Присасываем язык к нёбу и открываем рот.)*

Вот из сарая индюшка  
пришла, *(Широкий язык ходит вперёд-назад по верхней губе;*  
*упражнение делаем с голосом.)*

Важно сказала: «БЛ-БЛ-БЛ-  
ЛА»