

Консультация для родителей по теме:

«Веселая артикуляционная гимнастика»



**Учитель-логопед:
Ямщикова А.С.**

Любому взрослому, да и ребенку, известна польза от утренней гимнастики. Упражнения помогают проснуться, размять мышцы, повысить их тонус и настроиться на предстоящие дела. Мышцы, которым не дают нагрузки, становятся вялыми, слабыми и не могут уже работать в полную силу.

Вышесказанное верно не только для мышц тела, но и для мышц артикуляционного или речевого аппарата. Губы и язык управляются многими мышцами, которые и обеспечивают нормальное произношение звуков. Несовершенная работа любой из них может привести к неправильному звукопроизношению. Подвижность речевого аппарата совершенствуется (развивается) постепенно. Ребенку 4-5 лет могут быть не доступны некоторые тонкие и точные движения, но со временем мышцы начинают работать все лучше и лучше, и позволяют органам артикуляции произносить самые сложные звуки. Для того чтобы уточнить, развить и совершенствовать основные движения органов речи, рекомендуется проводить специальную речевую гимнастику.

Правила выполнения артикуляционной гимнастики:

- ✓ Идеально проводить гимнастику каждый день, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными.
- ✓ Артикуляционная гимнастика обязательно должна проходить перед зеркалом. Ребенок должен видеть свои органы артикуляции и иметь возможность сравнивать движения с показанными взрослым. Причем, можно не говорить малышу, что это занятие. Зарядку можно делать после умывания и чистки зубов – в ванной есть зеркало, и всегда можно найти несколько минут на 3-4 упражнения.
- ✓ Пока вы разучиваете с ребенком упражнения, не предлагайте ему слишком много заданий. Лучше обратить внимание на качество выполняемого – в каждом положении нужно на несколько секунд задержаться (чтобы мышцы запомнили), нужно следить, чтобы упражнение выполнялось полностью (например, при облизывании губ чтобы язык проходил от одного уголка рта до другого по кругу, ничего не пропуская).
- ✓ Начинайте с более простых упражнений, постепенно переходя к сложным.
- ✓ Проводить гимнастику нужно в хорошем настроении, эмоционально, в игровой форме.

Работа над упражнениями идет в определенной последовательности:

- 1. Рассказ о предстоящем упражнении, рассматривание картинок;**
- 2. Показ упражнения;**
- 3. Выполнение упражнения взрослым и ребенком;**
- 4. Проверка правильности выполнения, указание на ошибки.**

Родители могут увидеть, что в начале работы некоторые мышцы будут слишком напряженными, как будто каменными, другие — слишком слабыми. У некоторых детей эти две особенности могут присутствовать одновременно. Очень часто дети от большого усердия напрягают кисти рук, плечи, шею, что мешает правильному выполнению упражнений. В этом случае нужно слегка потрясти кисти рук, помять плечи, чтобы снять лишнее напряжение.

Упражнений для развития мышц речевого аппарата довольно много, в разных изданиях их названия могут слегка отличаться. Можно рассказывать ребенку небольшое стихотворение к каждому упражнению, это позволяет сделать зарядку

более веселой и запоминающейся. Как правило, артикуляционная гимнастика включает в себя упражнения на развитие всех групп мышц речевого аппарата. Подобные регулярные занятия в детском саду или выполнения таких упражнений дома очень часто позволяет в дальнейшем не обращаться к детскому логопеду для коррекции звукопроизношения, так как зарядка готовит артикуляционный аппарат к нормальному произношению звуков.

Все упражнения можно разделить на два вида:

- *статические* – губы или язык принимают определенное положение и «застывают» на несколько секунд;
- *динамические* – губы или язык выполняют какие-либо движения (вперед-назад, из стороны в сторону, вверх-вниз и прочее).

Общая артикуляционная гимнастика

Упражнение	Описание
«Заборчик» № 1  	Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт до 5-10. Повторить 3-5 раз.
«Трубочка» № 2  	Зубы сомкнуты, вытянуть сомкнутые губы вперед «трубочкой». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5-10. Повторить 3-5 раз. Можно пропеть звук [y]: «у-у-у» - и губы примут положение трубочки
Чередование «Заборчик-Трубочка» № 3  	Поочередно выполнять движения, удерживая губы в каждой позиции 3-5 секунд. Под счет до 10-15 раз.
«Окошко» № 4 	Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости-открыли окошко, удерживать 3-5 секунд. Закрыли рот – закрыли окошко.

«Толстячок-Худышка» № 5



Поочередно надувать и втягивать щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд. Повторить 5-10 раз.

«Футбол» № 6



Язык поочередно упирается в правую и левую щеку, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд. Пальцем оказывать сопротивление с обратной стороны. Повторить 3-5 раз.

«Шлепаем губами по языку» № 7

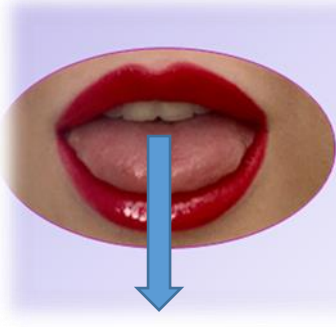


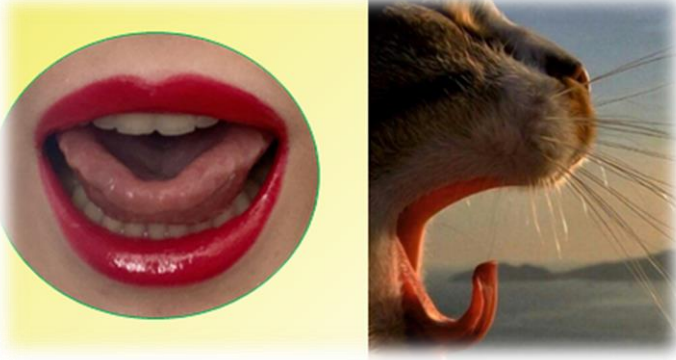
Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить «пя-пя-пя». Повторить 3-5 раз.

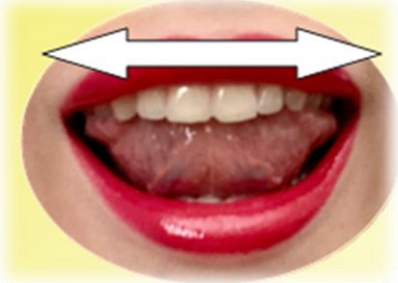
«Язык здоровается с подбородком» № 8



Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком тянуться вниз (к подбородку), затем убрать язык. Повторить 5-10 раз.

«Язык здороваётся с верхней губой» № 9  	Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу. Подержать язык на верхней губе 3-5 секунд, убрать в рот. Повторить 5-10 раз. Следить, чтобы нижняя губа не поднималась вместе с языком
Упражнения для свистящих звуков	
«Покусываем язычок» № 10 	Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык с кончика до середины языка. Во время выполнения произносить «тя-тя-тя». Повторить 3-5 раз.
«Чистим зубы снаружи» № 11 	Улыбнуться, показать зубы, широким язычком медленно провести с наружной стороны сначала верхних зубов, затем нижних. Повторить 3-5 раз.
«Лопаточка» № 12  	Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счет до 5-10. Повторить 3-5 раз.
«Дуем на лопаточку» № 13  	Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий, расслабленный язык на нижнюю губу и спокойно подуть по середине языка. Повторить 5-10 раз.

«Горка» № 14 	Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт до 5-10. Повторить 3-5 раз.
«Ветерок дует с горки» № 15 	Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой», а затем спокойно плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным. Повторить 5-10 раз.
Упражнения для шипящих звуков	
«Чашечка» № 16 	Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки. Удерживать язык в этом положении 5-8 секунд. Повторить 5 раз.
«Ступеньки» № 17 	Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем за верхние зубы. Удерживать в каждом положении 3-5 секунд. Повторить 5-8 раз.
«Не разбей чашечку» № 18	Улыбнуться, открыть рот, установить язык наверху в форме чашечки и двигать его: выдвигать вперёд и убирать обратно в рот. Удерживать язык в каждом положении по 3-5 секунд, не разрушая чашечку. Повторить 5 раз.

«Чистим верхние зубки с внутренней стороны» № 19 	Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону. Повторить 5-10 раз.
Упражнения для сонорных звуков [Р, Рь; Л, Ль]	
«Маляр» № 20	Улыбнуться, открыть рот, и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперед-назад. Повторить 5 раз.
«Барабанщик» («Пулемёт») № 21 	Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя «д-д-д». Темп постепенно убыстряется. Повторить 10-15 раз.
«Парус» № 22 	Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд. Повторить 5-8 раз.
«Грибок» № 23 	Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд. Повторить 3-5 раз.
«Лошадка» № 24	Улыбнуться, открыть рот и пощелкать языком 10-15 раз.