

Консультация для родителей

«Артикуляционная гимнастика дома с мамой и папой»



Что же такое артикуляционная гимнастика?

Артикуляционная гимнастика – это комплекс упражнений, который применяется с целью формирования у детей правильного звукопроизношения, укрепления мышц артикуляционного аппарата, развития силы и подвижности органов, участвующих в речевом процессе.

К **органам артикуляционного аппарата относятся** мышцы глотки, язык, мягкое и твердое небо, губы и щеки, нижняя челюсть, а также зубы.

Заниматься с ребенком могут родители в домашних условиях.

Важно! Родители должны четко понимать, что артикуляционная гимнастика только подготовит речевой аппарат малыша к правильному произношению.

Каким детям нужна артикуляционная гимнастика?

Первая категория — малыши с правильным, но вялым, невнятным произношением. Таким будет полезна тренировка для постановки более четкого произношения звуков.

Вторая категория — это ребята, которые не точно, не достаточно четко выговаривают звуки, путают их.

Третья категория — дети со сложными речевыми дефектами, которым показаны регулярные занятия с логопедом. В этом случае только домашние занятия не помогут.

Также родителям можно заниматься с 2-3-летними детками для профилактики речевых нарушений в будущем.



Преимущества артикуляционной гимнастики

Гимнастика для артикуляционных органов имеет много преимуществ:

- Улучшение кровоснабжения и иннервации в артикуляционных органах;
- Улучшение подвижности и свобода произвольных движений;
- Укрепление системы мышц языка, губ и щек;
- Уменьшение напряженности (спастичности) артикуляционных органов;
- Подготовка ребенка и постепенное обучение его правильному произношению всех звуков;
- Устранение внутренних зажимов и раскрепощение (можно использовать как разминку перед выступлением).

Рекомендаций по проведению гимнастики с детьми

- ❖ Ежедневно рекомендуется выделять не менее 3-5 минут на упражнения.
- ❖ Для хорошего эффекта важны именно ежедневные занятия. В тяжелых случаях назначают артикуляционную гимнастику 2-3 раза в день.
- ❖ Выполнять эти упражнения желательно стоя или сидя перед зеркалом, обязательно ровно держать спину, соблюдая правильную осанку на время выполнения.
- ❖ Первые упражнения необходимо делать медленно, не торопясь, размеренно. А по мере овладения ими темп можно немного увеличить. Главное, чтобы темп был не сумбурным, а упражнения выполнялись качественно и до конца.
- ❖ Каждое из упражнений выполняется 5-10 раз по рекомендации логопеда (педагога).
- ❖ Артикуляционную гимнастику можно выполнять под счет, под музыку или с хлопками в ладоши. Для этого можно использовать стихи, считалки.
- ❖ Перед занятиями лучше объяснять малышу, что это игра с язычком, а не специальные упражнения и уж тем более не лечение.
- ❖ Не удивляться, не сердиться, когда какие-то вещи у ребенка не получаются с первого, со второго раза и даже с третьего раза. Ругать его при этом категорически нельзя.
- ❖ При малейших продвижениях и правильных движениях — хвалить. Говорить, что ребенок все делает правильно.

- ❖ Если даже с третьего раза не получается выполнить какое-либо движение — можно помочь малышу шпателем, ручкой чайной ложки или просто своим чистым пальцем.
- ❖ Чтобы помочь малышу найти правильное положение языка, например, нужно облизать верхнюю губу, попробуйте смазать ее вареньем или шоколадом. Старайтесь подходить к занятиям творчески.
- ❖ Правильный подход к артикуляционной гимнастике — игровой и эмоциональный. Можно подключать игрушки, сказочных героев и художественную речь (стихи, считалки).
- ❖ За один подход предлагать не более пяти упражнений. При этом новым может быть только одно-два. Остальные даются для усвоения и закрепления пройденного.
- ❖ Выполнять гимнастику рекомендуется в хорошо проветренном помещении, где ребенок чувствует себя уютно и не отвлекается на посторонние предметы и звуки.
- ❖ Взрослый следит за точностью, плавностью, темпом и переходами от одного упражнения к другому. Обращать внимание на симметричность артикуляции. Например, чтобы язык двигался симметрично как в правую, так и в левую стороны. В противном случае, артикуляционная гимнастика может не дать ожидаемого эффекта.
- ❖ По окончании нужно похвалить ребенка, сказать, что он хорошо со всем справился.

Какие бывают артикуляционные упражнения?

Артикуляционные упражнения делятся на **статические** (неподвижные) и **динамические** (подвижные).

Статические упражнения – это упражнения, где ребенок выполняет определенный уклад, позу щек, губ, языка. Это такие упражнения «Заборчик», «Окошечко», «Трубочка», «Чашечка», «Блинчик», «Иголочка», «Мостик», «Парус»...

Статические упражнения должны удерживаться ребенком 7 – 10 секунд, то есть мало показать, главное уметь удержать позу. Взрослый говорит ребенку: «Ты будешь выполнять упражнение, а я буду считать».

Динамические упражнения – это упражнения, где необходимо правильное движения щек, губ, языка. Это такие упражнения, как «Часики», «Качели», «Лошадка», «Чистим зубки», «Вкусное варенье», «Барабанщик», «Худышки – толстяки» и другие.

Эти упражнения тоже проводятся под счет, только при каждом счете ребенку необходимо поменять положение щек, губ или языка.

Если язык у ребенка дрожит, слишком напряжен, отклоняется в сторону, ребенок не может удержать позу даже короткое время, обязательно обратитесь к логопеду!

А теперь предлагаем родителям поиграть со своим малышом и позаниматься игровой артикуляционной гимнастикой!

В этом вам помогут Карточки-картинки с упражнениями, которые вы можете распечатать и использовать для занятий артикуляционной гимнастикой с ребенком дома.

Статические упражнения. (Удерживать позу под счёт до 5-10)

	<p>Лягушка</p> <p>Удерживать сильно растянутые губы в улыбке. Зубы не видны.</p>		<p>Чашечка</p> <p>Открыть рот. Широкий расслабленный язык выгнуть в форме чашки.</p>
	<p>Заборчик</p> <p>Улыбнуться (зубы видны). Удерживать губы в таком положении</p>		<p>Грибок</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать широкий язык к нёбу. Растягивать подъязычную связку.</p>
	<p>Птенчик</p> <p>Широко открыть рот. Язык лежит во рту спокойно и неподвижно.</p>		<p>Хоботок</p> <p>Рот приоткрыть. Губы округлить и немного вытянуть вперёд.</p>
	<p>Блинчик</p> <p>Рот открыть. Положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу.</p>		<p>Трубочка</p> <p>Открыть рот. Высунуть широкий язык. Загнуть боковые края вверх.</p>
	<p>Иголочка</p> <p>Открыть рот. Узкий язык высунуть вперёд.</p>		<p>Киска сердится.</p> <p>Открыть рот. Кончик языка упереть в нижние зубы, язык выгнуть вверх.</p>

Динамические упражнения. (Выполняются 10-15раз)

	<p style="text-align: center;">Лошадка</p> <p>Присасывать язык к нёбу, растягивая подъязычную связку. Щёлкать языком медленно и сильно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна.</p>		<p>Вкусное варенье Рот приоткрыть. Широким языком облизывать верхнюю губу, делая движения сверху вниз. Нижняя челюсть неподвижна!</p>
	<p style="text-align: center;">Качели</p> <p>Открыть рот. Языком тянуться то к носу, то к подбородку.</p>		<p style="text-align: center;">Конфета</p> <p>Рот закрыть. Напряжённым языком упираться то в одну щёку, то в другую.</p>
	<p style="text-align: center;">Почистим зубки</p> <p>«Почистить» кончиком языка нижние (потом верхние) зубки с внутренней стороны. Нижняя челюсть неподвижна!</p>		<p style="text-align: center;">Гармошка</p> <p>Рот приоткрыть. Язык присосать к нёбу. Не опуская языка вниз, открывать и закрывать рот, растягивая подъязычную связку. Губы должны быть в улыбке!</p>
	<p style="text-align: center;">Барабанчик</p> <p>Рот приоткрыть. Кончик языка за верхними зубами. Быстро произносить: д-д-д.</p>		<p style="text-align: center;">Индюк</p> <p>Рот открыт. Широким кончиком языка проводить по верхней губе вперёд-назад, не отрывая языка. При этом произносить: бл-бл-бл... Нижняя челюсть неподвижна!</p>
	<p style="text-align: center;">Месим тесто</p> <p>Приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами произнести: пя-пя-пя...</p>		<p style="text-align: center;">Часики</p> <p>Растянуть губы в улыбку. Рот приоткрыть. Кончиком узкого языка попеременно дотрагиваться до уголков рта.</p>

	<p>Облизем губки Рот открыть. Медленно, не отрывая языка, облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.</p>		<p>Змейка Рот открыть. Узкий язык сильно выдвигать вперед и убирать обратно в рот. Не прикасаться к губам и зубам.</p>
	<p>Загнуть мяч в ворота Положить широкий язык на нижнюю губу и плавно, со звуком Ф, задуть ватный шарик, лежащий на столе, между двумя кубиками. Щёки не должны надуваться.</p>		<p>Маляр Рот открыть. Широким кончиком языка, как кисточкой маляра, проводить от верхних резцов до мягкого неба, производя движения вперед-назад.</p>
	<p>Погреем ладошки Рот открыть. Губы вытянуть вперед. Произносить на выдохе звук: х-х-х.. как бы согревая ладошки.</p>		

А теперь поиграем с язычком и котиком Мурзиком!

Смотрите презентацию ниже, читайте потешку и выполняйте гимнастику для язычка вместе с Котиком Мурзиком!

Можете включить аудиофайл с гимнастикой котика Мурзика и под него поиграть – позаниматься с язычком!

Играйте с язычком почаще!

Пусть у вас с малышом всё получится!