

# Консультация для родителей

## Артикуляционная гимнастика дома



Учитель-логопед

Чушова Е. А.

**Артикуляционная гимнастика** — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объем и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую для произнесения того или иного звука.

**Артикуляционная гимнастика** — упражнения для тренировки органов артикуляции необходимые для правильного звукопроизношения.

Бытует мнение, что артикуляционная гимнастика – это не столь важное, несерьезное занятие, которым можно и не заниматься. Однако, это не так. Систематичное выполнение артикуляционных упражнений позволяет:

1. Подготовить артикуляционный аппарат к самостоятельному становлению произношения звуков (т.е., чем раньше родители с ребенком начинают заниматься артикуляционной гимнастикой, тем быстрее у ребенка появляются звуки родного языка, даже таких трудных как Р, Л).

2. Артикуляционные упражнения помогают детям со сложными речевыми нарушениями быстрее преодолеть речевые дефекты.

3. Артикуляционная гимнастика очень полезна детям, про которых говорят «каша во рту» (т.е. у таких детей снижен тонус мышц щек, губ и языка).

Логопедические занятия по коррекции нарушений звукопроизношения проводятся два-три раза в неделю, в зависимости от сложности речевого нарушения. Однако этого недостаточно для коррекции речи. Заниматься с ребенком необходимо и дома.

Как правильно проводить артикуляционную гимнастику дома?

**Организация проведения артикуляционной гимнастики дома:**

- Заниматься следует ежедневно 7 – 10 минут.
- Все упражнения проводятся перед зеркалом (лучший вариант – большое зеркало, где ребенок видит себя и взрослого, но можно и маленькое зеркальце).

- Все упражнения проводятся в виде игры. Запрещено принуждать ребенка заставлять заниматься. Необходимо заинтересовать: «Давай поиграем с язычком...»

- Сначала упражнение проводится медленно, не спеша, 4 – 5 упражнений в день, затем каждый день прибавляем по одному новому упражнению.

Теперь остановимся на том, какие артикуляционные упражнения бывают. Артикуляционные упражнения делятся на статические и динамические (презентация «Артикуляционная гимнастика дома»).

**Статические упражнения** – это упражнения, где ребенок выполняет определенный уклад, позу щек, губ, языка. Это такие упражнения:

- «Заборчик»,
- «Окошечко»,
- «Трубочка»,
- «Чашечка»,
- «Блинчик»,
- «Иголочка»,
- «Мостик»,
- «Парус»

Это некоторые основные упражнения, их намного больше. Здесь надо сказать, что особенно важные это первые два упражнения – «Заборчик», «Окошечко», так как именно от этих упражнений будут выполняться и другие. Например, чтобы выполнить упражнение «Парус», мы говорим ребенку: «Сделай «Заборчик» - «Окошечко» - «Парус». И так любое упражнение будет начинаться именно с этих двух.

Статические упражнения должны удерживаться ребенком в течение 7 – 10 секунд, то есть мало показать, главное уметь удержать позу. Например, говорим 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. В упражнение «Качели» можно считать, таким образом, ребенок поднимает – опускает язык вверх – вниз, а взрослый считает «кач – кач».

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











И в конце я хотела бы порекомендовать книги и методические пособия по артикуляционной гимнастике:

1. Е. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика»
2. Т. Куликовская «Артикуляционная гимнастика в картинках и стихах»
3. Т. Буденная «Логопедическая гимнастика»,
4. Е. С. Анищенкова «Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников»,
5. Е. Косинова «Артикуляционная гимнастика. Сказки, игры, упражнения для развития речи».

Данные пособия составлены так, что каждый родитель может без проблем проводить артикуляционную гимнастику со своим ребенком. В книги на каждой странице – одно упражнение, его цель, подробное описание, стишок, проблемы, которые могут возникнуть, и конечно, картинка с правильным выполнением.



***Далее представлены приложения (3 страницы), которые вы можете распечатать и использовать для занятий артикуляционной гимнастикой со своими детьми.***

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>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>Качели</p> <p>Открыть рот. Языком тянуться то к носу, то к подбородку.</p>		<p>Конфета Рот закрыть. Напряжённым языком упираться то в одну щёку, то в другую.</p>
	<p>Почистим зубки «Почистить» кончиком языка нижние (потом верхние) зубки с внутренней стороны. Нижняя челюсть неподвижна!</p>		<p>Гармошка Рот приоткрыть. Язык присосать к нёбу. Не опуская языка вниз, открывать и закрывать рот, растягивая подъязычную связку. Губы должны быть в улыбке!</p>
	<p>Барабанщик Рот приоткрыть. Кончик языка за верхними зубами. Быстро произносить: д-д-д.</p>		<p>Индюк 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>.Месим тесто Приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами произнести: пя-пя-пя...</p>		<p>Часики Растянуть губы в улыбку. Рот приоткрыть. Кончиком узкого языка попеременно дотрагиваться до уголков рта.</p>
	<p>Оближем губки Рот открыт. Медленно, не отрывая языка, облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.</p>		<p>Змейка Рот открыт. Узкий язык сильно выдвигать вперед и убирать обратно в рот. Не прикасаться к губам и зубам.</p>
	<p>Загнать 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 открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой маляра, проводить от верхних резцов до мягкого неба, производя движения вперёд- назад.</p>
	<p>Погреем ладошки  Рот открыт. Губы вытянуть вперед. Произносить на выдохе звук: х-х-х.. как бы согревая ладошки.</p>		