

## Консультация для родителей

### Артикуляционная гимнастика в домашних условиях



#### *Что такое артикуляционная гимнастика?*

Это комплекс упражнений, который применяется с целью формирования у детей нормального 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.

#### *Какие виды артикуляционной гимнастики существуют?*

Артикуляционная гимнастика – это комплекс упражнений, которые бывают статические и динамические.

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

- «заборчик»;
- «окошечко»;
- «трубочка»;
- «чашечка»;
- «блинчик»;
- «иголочка»;
- «горка»;
- «парус».

Статические упражнения должны удерживаться ребенком в течение 5 – 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 движение щек, губ, языка. Это такие упражнения, как:

- «часики»;
- «качели»;
- «лошадка»;
- «чистим зубки»;
- «вкусное варенье»;
- «барабанщик»;
- «худышки – толстяки» и др.

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

### ***Правила проведения артикуляционных упражнений дома.***

Существует несколько основных правил для достижения эффекта от проведения артикуляционной гимнастики дома:

- заниматься следует ежедневно 7 – 10 минут;
- все упражнения проводятся перед зеркалом;
- все упражнения проводятся в виде игры;
- сначала упражнение проводится медленно, не спеша, 4 – 5 упражнений в день, затем каждый день прибавляем по одному новому упражнению;
- для каждой группы звуков существуют свои артикуляционные комплексы, которые вам предоставит логопед.

### ***Организация проведения артикуляционной гимнастики дома***

Прежде чем приступить к выполнению артикуляционных упражнений, вы должны выяснить, как ваш ребёнок ориентируется в пространстве: может ли он показать, что находится справа, слева, впереди, сзади, наверху, внизу; различает ли он правую и левую руки. Без этого выполнение артикуляционной гимнастики невозможно или крайне затруднительно для ребёнка.

Для выполнения артикуляционной гимнастики дома не требуется специального оборудования и много времени. Достаточно зеркало, которое обычно есть в ванной комнате и желания ребёнку, а также у родителя для выполнения. Если ребёнок самостоятельный, то родителю достаточно лишь напомнить о необходимости выполнения задания. Для выполнения гимнастики достаточно потратили всего несколько минут, на то чтобы выполнить эти упражнения. Выполнение артикуляционной гимнастики не доставит вам большого труда, а ребёнку принесет большую пользу, и позволит вам наблюдать за его прогрессом.

Часто родители жалуются, что дети не желают выполнять артикуляционную гимнастику, сидя перед зеркалом. Далее предлагаю вашему вниманию различными игровые способы укрепления артикуляционной моторики, которые можно использовать дома.

### ***Игры с ватными шариками и бутылочками, свечками***

#### ***«Воздушный футбол»***

Вытянуть губы вперёд «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком, загоняя его между двумя кубиками. Варианты зависят от вашей фантазии. Можно предложить ребёнку подуть на вертушку, мелкие игрушки, которые легко катятся по столу, ватку (сдуть с ладошки).

#### ***«Поющая бутылочка»***

Направленная воздушная струя хорошо вырабатывается, если предложить ребёнку подуть в небольшую чистую бутылочку (из-под капель). При точном попадании воздушной струи в бутылочку раздаётся своеобразный гудящий или свистящий звук («гудит паропход»). Это очень нравится детям. Следите за тем, чтобы не надувались щёки.

#### ***«Свеча»***

Купите небольшие разноцветные свечи и поиграйте с ними. Вы зажигаете свечи и просите ребенка подуть на синюю свечу, затем на желтую свечу и т. д. Дуть нужно медленно, вдох не должен быть шумным, нельзя надувать щеки. Сначала свечу можно поднести поближе к ребенку, затем постепенно удалять ее.

#### **«Фокус»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос.

#### **«Сладкая зарядка»**

Вы, наверное, удивитесь, но круглый сладкий чупа-чупс - отличный логопедический тренажер. Разверните леденцы и давайте немного поиграем.

Сожмите чупа-чупс губами и попробуйте его удержать 5-10 секунд.

Удерживая чупа-чупс губами, попробуйте подвигать палочкой сначала сверху - вниз, затем из стороны в сторону.

Приоткройте рот, губы разведены в улыбку, сделайте чашечку, положите в чашечку чупа-чупс и попробуйте удержать леденец только языком.

#### ***Рекомендации по выполнению артикуляционной гимнастики.***

- ✓ Ежедневно рекомендуется выделять не менее 3-5 минут на упражнения.
- ✓ Для хорошего эффекта важны именно ежедневные занятия без пропусков.
- ✓ Правильно подобранное время — уже половина успеха. Не стоит упражняться перед сном или сразу после пробуждения.
- ✓ 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 не менее 10 раз по рекомендации логопеда.
- ✓ Иногда можно выполнять под счет, под музыку или с хлопками в ладоши. Для этого есть учебные методички, книги со стихами, считалками.
- ✓ Перед занятиями лучше объяснить малышу, что это игра языком, а не специальные упражнения.
- ✓ 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.
- ✓ За один подход не стоит предлагать более пяти упражнений. При этом новым может быть только одно-два. Остальные даются для усвоения и закрепления пройденного.