

Памятка для родителей

«Артикуляционная гимнастика дома с детьми старшего дошкольного возраста»

Все мы хотим, чтобы речь наших детей была фонетически чистой, четкой и грамотной. Ведь именно четкая речь с правильным звукопроизношением поможет ребенку стать более уверенным в себе, наладить общение со сверстниками, а в дальнейшем станет основой для успешного обучения в школе на начальных этапах.

Общеизвестно, что для того, чтобы наш организм был здоровым, а мышцы тела сильными и выносливыми, нужно заниматься физическими упражнениями и укреплять мускулатуру. То же самое можно сказать и о мышцах речевого аппарата. Для того, чтобы наша речь была четкой и выразительной, нам нужно укреплять и тренировать органы артикуляции. Для этого используется артикуляционная гимнастика. Она помогает отрабатывать различные положения губ, языка, мягкого неба и мышц, задействованных во время звукопроизношения и формировать их четкие и согласованные движения.

Каковы же причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой?

1. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнет заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.
2. Артикуляционная гимнастика также очень полезна детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».
3. Занятия артикуляционной гимнастикой позволяет всем – и детям и взрослым – научиться говорить правильно, четко и красиво.

Как же заниматься артикуляционной гимнастикой?

Я считаю, что современные родители достаточно грамотные, но хочу все же напомнить, что существует несколько основных правил:

- Занятия должны быть систематичными, тогда необходимые навыки для правильного звукопроизношения будут формироваться и закрепляться быстрее. Поэтому гимнастику лучше проводить ежедневно.
- Каждое упражнение нужно повторять по 5–7 раз, при этом необходимо следить за качеством выполнения, лучше сделать меньше, но правильно.
- Удержание одной артикуляционной позы (статические упражнения) нужно выполнять в течение 7–10 секунд (это можно делать под счет с

отхлопыванием, отстукиванием, загибанием пальцев, откладыванием мелких камешков и др.)

- При подборе комплексов упражнений начинать следует с самых простых, постепенно переходя к более сложным. Тем не менее, количество упражнений и повторений зависит от возраста ребенка и его индивидуальных особенностей.
- Каждому упражнению обязательно дается название, подбирается картинка-образ. Картинка служит образцом для подражания какому-нибудь предмету или его движениям.
- Лучше всего проводить занятия в положении сидя и следить, чтобы спина ребенка была прямой, а тело не напряжено.
- Заниматься нужно перед большим зеркалом. В нем ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, который с ним занимается, и свое собственное.
- Сначала взрослый показывает, как делать упражнение, потом контролирует, насколько качественно ребенок его выполняет. Следит, чтобы движения были точными, плавными, с правильным темпом.
- Будьте готовы, что у ребенка далеко не все будет получаться с первого раза. Проявите терпение и настойчивость, но в то же время старайтесь, чтобы занятия артикуляционной гимнастикой проходили увлекательно. В противном случае необходимость выполнять ее ежедневно приведет к потере интереса и снижению ее эффективности.

Что же делать, чтобы этого избежать? Как заинтересовать ребенка?

Я хочу предложить вашему вниманию некоторые рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики с использованием игровых приемов.

Если у Вас имеются картинки с артикуляционными упражнениями, и любая детская игра-ходилка, в которую Ваш ребенок уже не играет, то можно на ее основе изготовить интересную артикуляционную игру. Достаточно наклеить на игровое поле (клеточки игры) символы артикуляционных упражнений, приготовить игральный кубик, фишки по количеству игроков и начать играть, а заодно и выполнять артикуляционную гимнастику. Поверьте, это будет очень весело и интересно! *(Картинки с артикуляционными упражнениями можно скачать по ссылке)*







Или же другой вариант игры: можно разложить карточки с артикуляционными упражнениями в произвольном порядке на столе, перевернув их лицевой стороной вниз, ребенок выбирает карточку, переворачивает ее и выполняет упражнение.



Также картинки можно наклеить на пластмассовый или деревянный кубик, кидать (прокатывать) его и выполнять упражнения.

Еще Вашему вниманию хочу предложить «необычную» артикуляционную гимнастику для укрепления мышц губ и языка. Эта гимнастика выполняется при помощи разных вкусностей, например сладкой соломки, жевательных мармеладок, чупа-чупса. Вряд ли ребенок не захочет выполнять такие упражнения!

<p>1. Упр-е «Акробат». Ты знаешь кто такой акробат? Давай превратим наш язычок в акробата. Для этого нам нужно открыть рот, улыбнуться. Высунуть язык, положить на него соломинку и постараться продержат на нем соломинку как можно дольше.<i>(под счет)</i></p>	
<p>2. Упр-е «Слоник» А теперь мы превратимся в слоника! Будем вытягивать жевательную мармеладку-спагетти в рот через вытянутые в трубочку губы. С этой же целью можно сварить средней густоты кисель и пить его через коктейльную трубочку.</p>	
<p>3. Упр-е «Жадина». Давай поиграем в жадину! Соломинку или длинную мармеладку нужно зажать губами и натянуть рукой. Надо стараться удержать мармеладку губами!</p>	
<p>4. Упр-е «Карандаш». А теперь, представь, что ты художник, и рисовать ты будешь не руками, а при помощи языка. Соломинка – это карандаш. Открой рот, улыбнись, прижми соломинку к верхним зубам при помощи языка и постарайся нарисовать в воздухе, например круг, овал и т.д. Рот закрывать нельзя. А мама посчитает, сколько и какие фигуры ты нарисовал!</p>	
<p>5. Упр-е «Усы» Сделай усы! Открой рот. Улыбнись. Удерживай соломинку у верхней губы с помощью кончика языка.</p>	
<p>6. А теперь делаем усы, удерживая соломинку губами.</p>	

<p>7. Упр-е «Удержи соломинку» А теперь задание потруднее: открой рот, улыбнись, прижми соломинку кончиком языка к нижним зубам. Соломинку нужно удержать в вертикальном положении.</p>	
<p>8. Упр-е «Удержи конфетку». А теперь мы сделаем вазочку для конфетки. Открой рот, улыбнись. Высунь язык вперед и удержи шарик-конфетку (или из сухих завтраков) в языке, как в чашке.</p>	
<p>9. Упр-е «Вкусный чупа-чупс» Открой рот, улыбнись. Пооблизывай чупа-чупс, когда он сбоку, сверху, снизу.</p>	

Вот такие вкусные и полезные упражнения не оставят равнодушными ваших детей!

Ну и конечно же, все мы знаем, что дети очень любят слушать сказки. Так почему бы им не рассказать сказку, где главным героем будет язычок?! Сейчас на просторах интернета можно найти очень много различных артикуляционных сказок. *Некоторые из них Вы можете скачать по нижеприведенной ссылке.* В качестве примера, я хочу предложить Вашему вниманию одну из таких сказок.

Сказка «В гостях у бабушки и дедушки»

ЖИЛИ БЫЛИ БАБУШКА И ДЕДУШКА.

К НИМ ТОЛСТЫЕ ВНУКИ ПРИЕХАЛИ В ГОСТИ (надуваем щёки),

С НИМИ ХУДЫЕ - ЛИШЬ КОЖА ДА КОСТИ (втягиваем щёки).

БАБУШКА С ДЕДУШКОЙ ВСЕМ УЛЫБНУЛИСЬ (губы в широкой улыбке, видны верхние и нижние зубы),

ПОЦЕЛОВАТЬ ОНИ ВСЕХ ПОТЯНУЛИСЬ (губы тянутся вперёд).

УТРОМ ПРОСНУЛИСЬ — В УЛЫБОЧКУ ГУБЫ (снова широкая улыбка).

ЧИСТИЛИ МЫ СВОИ ВЕРХНИЕ ЗУБЫ (широкий язык за верхними зубами)

ВПРАВО И ВЛЕВО, ВНУТРИ И СНАРУЖИ (соответствующие движения широким языком).

С НИЖНИМИ ЗУБКАМИ ТОЖЕ МЫ ДРУЖИМ (повторение этих движений языком в положении за нижними зубами).

ГУБЫ СОЖМЁМ МЫ, И РОТ ПРОПОЛОЩЕМ (поочерёдное надувание щёк — губы не пропускают воздух),

И САМОВАРОМ ПЫХТИМ, ЧТО ЕСТЬ МОЧИ (одновременное надувание обеих щёк с последующим выпуском воздуха через губы).

БЛЮДЦА ПОСТАВИМ - ПОЛОЖАТ БЛИНЫ НАМ (широкий язык лежит на нижней губе).

ДУЕМ НА БЛИНЧИК — НЕ В ЩЁКИ, НЕ МИМО (подуть на широкий язык).

БЛИНЧИК ЖУЁМ, ЗАВЕРНЁМ И ПРИКУСИМ (жуём распластанный язык, потом прикусываем его, завернув за нижние зубы),

БЛИНЧИК С ВАРЕНЬЕМ МАЛИНОВЫМ ВКУСНЫМ (облизываем широким языком верхнюю губу спереди назад).

ЧАШКИ ПОСТАВИМ, ЧТОБ ЧАЮ НАЛИЛИ (широкий язык загибаем кверху чашечкой),

НА НОС ПОДУЛИ - МЫ ЧАЙ ОСТУДИЛИ (подуть с «чашечки» вверх).

ЧАЮ ПОПИЛИ — НИКТО НЕ ОБИЖЕН («чашечка» двигается вперед-назад).

ВКУСНЫЙ БЫЛ ЗАВТРАК - МЫ ГУБКИ ОБЛИЖЕМ (кончик языка облизывает губы по кругу).

БАБУШКА ШИЛА, А БАРСИК С КАТУШКОЙ

БЕГАЛ, КАК БУДТО С ЖИВОЮ ЗВЕРЮШКОЙ (кончик языка зацепляем за нижние губы и двигаем язык вперед-назад).

БАБУШКЕ НАШЕЙ ВСЕГДА ПОМОГАЕМ:

НИТКИ В ИГОЛКИ МЫ ЕЙ ПРОДЕВАЕМ (узкий язык вытянут вперед).

БАБУШКА ШВЫ НА МАШИНКЕ СТРОЧИЛА (узкий язык двигается вперед-назад)

И НА ЗИГЗАГ ЕЁ ПЕРЕКЛЮЧИЛА (узкий язык двигается влево-вправо).

ПЕТЛИ ИГОЛКОЙ ОНА ОБМЕТАЛА (кончик языка описывает круг за губами),

ПУГОВКИ КРУГЛЫЕ ПОПРИШИВАЛА (кончик языка упирается то в одну, то в другую щеку, 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.

ПОСЛЕ КАЧЕЛЕЙ МЫ В ПРЯТКИ ИГРАЛИ (широкий язык убирается под верхнюю губу),

ПРЯТАЛИСЬ НА ЧЕРДАКЕ И В ПОДВАЛЕ (широкий язык - под нижнюю губу).

ДЕДУШКА СКАЧЕТ НА ЛОШАДИ ЛОВКО (щёлкаем языком),

ЗВОНКИЕ 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,

ВАЖНО СКАЗАЛА: «БЛ-БЛ-БЛ-ЛА» (широкий язык ходит вперед-назад по верхней губе; упражнение делаем с голосом).И УШЛА.

Вот так, проявив немного фантазии, можно привлечь ребенка к выполнению уже не таких скучных артикуляционных упражнений!

И в завершении, хочется еще раз сказать, что выполнение артикуляционной гимнастики полезно в любом возрасте, поскольку она помогает сделать речь чистой, четкой, ритмичной. А для детей с нарушениями звукопроизношения, такая гимнастика является просто необходимой.

Успехов Вам и терпения!

*Подготовила:
учитель-логопед Зарубина Н.А.*

Ссылка для скачивания артикуляционных упражнений в картинках:

http://ds1ach.ucoz.ru/logo40/artikuljacionnye_uprazhnenija_dlja_skachivanja.pdf

Ссылка для скачивания артикуляционных сказок:

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/05/14/artikulyatsionnye-skazki>