

Помимо упражнений на постановку правильного дыхания, в артикуляционную гимнастику входят и те, что нацелены на тренировку органов речи — языка, губ, челюсти. Выполнять их можно в любую минуту. Например, самые первые «занятия» вы можете проводить, меняя малышу подгузник; с ребенком постарше — в очереди в поликлинике или перед зеркалом в ванной во время утреннего умывания.

Приведем примеры таких упражнений:

- Широко открыть рот (жарко), закрыть рот (холодно);
- Надуть щеки, сдуть щеки, как будто шарик;
- Облизать губки по кругу, дотянуться с силой язычком до носика, щек, подбородка (представьте, что вы выпачкались в варенье);
- Облизать, как киска, воображаемую тарелочку;
- Приоткрыть ротик, побарабанить язычком по верхним зубкам (словно барабанщик);
- Поиграть в слоненка — вытянуть вперед губы трубочкой, «сделать хобот», «набирать им водичку», слегка причмокивая;
- Перекатывать орешки — рот закрыт, кончик языка поочередно с напряжением упирается то в одну щеку, то в другую, на щеках образуются твердые шарики-«орешки»;
- Поиграть в лошадку — поцокать языком, потом пофыркать (можете при этом играть с игрушечной лошадкой);
- Сделать заборчик — улыбнуться с напряжением, обнажив зубы;
- Сделать чашечку — высунуть язык, придать ему форму чашечки;

- Завернуть язык вверх, словно вы сворачиваете блинчик, прижать его верхними зубами;
- Почистить зубки язычком (провести им по верхним, потом по нижним зубам);
- Поиграть в паровозик — погудите («у-у»), губы трубочкой (можете показывать при этом нарисованный или игрушечный паровозик);
- Показать, как гудит пароход: приоткрыв рот, тянем звук «ы-ы-ы»;
- Покажите ребенку часы с маятником, пусть малыш изобразит, как он работает, точно так же подвигайте языком — вправо-влево, в уголки рта.

Повторяйте каждое упражнение по 8 – 10 раз.

#### **Упражнения на звукопроизношение.**

Самые несложные и доступные упражнения на постановку звуков — это проговаривание скороговорок и чистоговорок.

*Заспорили три козы*

*Про глаза стрекозы:*

*Три козы вокруг стрекозы сидят —*

*На кого глаза стрекозы глядят?*

Когда ребенок только начинает осваивать речевые навыки, вы ставите правильное звукопроизношение уже за счет простого ежедневного общения и совместных игр. Если малыш уже освоил родную речь, и вы замечаете некоторые нарушения в звукопроизношении, постановкой звуков должен заниматься только логопед, обычно такие занятия начинаются не раньше 4 – 5 лет.

## **Мама - логопед**

### **Артикуляционная гимнастика для малышей**



Для правильного звукопроизношения нужно, чтобы органы речи — язык, губы, мягкое небо — были хорошо развиты и подвижны. Все органы, в том числе и речевые, состоят из мышц, следовательно, их можно тренировать. На это нацелена веселая артикуляционная гимнастика для детей. Она помогает укрепить речевые мышцы и подготавливает базу для чистого звукопроизношения. Неправильное звукопроизношение может привести к дальнейшим сложностям.

Безусловно, для постановки правильной речи и правильного звукопроизношения ребенок в первую очередь должен слышать правильную речь взрослых. Поэтому важно не сюсюкать с малышом, не коверкать слова, четко произносить все звуки, не пытаться повторять за ребенком звукосочетания и слова, которые он выдумывает, какими бы забавными они вам ни казались.

Помните, что ваше чадо впитывает все, как губка, и ваша речь для него — и пример для подражания, и безусловное руководство к действию.

Артикуляционная гимнастика — это и веселое занятие для мамы и малыша, и первый этап в постановке правильного звукопроизношения. А залогом четкого произношения звуков и ясной дикции является хорошо поставленное речевое дыхание и четкая работа органов речевого аппарата.

### Упражнения для речевого дыхания:

- Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.
- Ветряная мельница. Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

- Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад, и предложить сдувать «снежинки» с ладони.
- Листопад. Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ему подуть на листья так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.
- Бабочка. Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы малыш сделал длительный плавный выдох).
- Кораблик. Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.
- Одуванчик. Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).
- Шторм в стакане. Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).



### Упражнения с включением речевого компонента:

- Длительное протяжное произнесение гласных звуков: «Кукла Катя хочет спать» («а-а-а»), «Дует сильный ветер» («у-у-у»).
- Многократное повторение слогов на одном выдохе: «Дождик капает по крыше» («па-па-па»), «Зайка прыгает» («оп-оп-оп»), «Мишка топает» («топ-топ-топ») и т. д.
- Произнесение на одном выдохе слов и фраз с использованием приема наращивания: «Ветер. Дует ветер. Дует сильный ветер. Дует сильный и холодный ветер».

### Техника выполнения упражнений для детей.

Ребенок:

- Набирает воздух через нос;
- Плечики не поднимает;
- Выдох делает длительным и плавным.

Взрослый:

- Следит за тем, чтобы ребенок не надувал щеки (для начала их можно придерживать руками);
- Контролирует правильность речевого дыхания малыша, не допуская, чтобы ребенок делал слишком большой вдох и «выжимал» из себя воздух до конца (так он начнет задыхаться);
- Регулирует интенсивность и количество упражнений — их нельзя повторять много раз подряд, так как это может привести к головокружению.

