

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №9 «ЖАР-ПТИЦА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ
СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

Консультация для родителей:
«АРТИКУЛЯЦИОННАЯ И ДЫХАТЕЛЬНАЯ
ГИМНАСТИКА
В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ»

Подготовила:
Семёнова Кристина Сергеевна,
учитель-логопед

2022г.

Целью **артикуляционной гимнастики** является формирование полноценных движений и определенных положений губ, щек и языка, необходимых для правильного произношения звуков.

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

Артикуляционные упражнения делятся на статические и динамические.

Статические упражнения – это упражнения, где ребенок выполняет определенный уклад, позу щек, губ, языка («Лягушка», «Хоботок», «Чашечка» т.д.).

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. («Лошадка», «Маляр»). Эти упражнения тоже проводятся под счет, только при каждом счете ребенку необходимо поменять положение щек, губ или языка.

Упражнения для артикуляционной гимнастики объединяются в комплексы, которые нужны для определенной группы звуков родного языка. Например, есть комплекс артикуляционной гимнастики для свистящих звуков. Есть комплекс, который способствует выработке положений и движений органов артикуляционного аппарата, нужных для произнесения звука Р.

Во время артикуляционной гимнастики ребенок должен сидеть, а не стоять или лежать на полу или бегать. Лучше, если он будет сидеть перед зеркалом на стульчике с опорой ног на твердую поверхность — пол. Главное, чтобы у ребенка была прямая спина, тело было не напряжено, ноги и руки были в спокойном положении. Во время выполнения упражнений артикуляционной гимнастики ребенок должен видеть в зеркало свое лицо. Можно проводить упражнения перед большим зеркалом, усаживая ребенка рядом с собой. Можно давать ребенку маленькое зеркальце, что удобно в домашних условиях.

Как оценивать выполнение артикуляционных упражнений ребенком?

Артикуляционная гимнастика дает результат только в том случае, если упражнения выполняются правильно, точно, с плавными переходами. Если делать ее не отслеживая технику выполнения упражнений, «для галочки», то она не достигает своей цели.

При выполнении ребенком артикуляционной гимнастики, нужно оценивать:

1. Плавность движений – движение выполняется без перерывов и толчков, легко, плавно, без подёргиваний.

2. Дифференцированность движений – движение выполняется только языком без сопутствующих движений других органов (губ, нижней челюсти).
3. Равномерность и симметричность движений – движения выполняется симметрично влево и вправо.
4. Четкость – ребенок знает, как правильно выполнять это упражнение, как в упражнении должны быть расположены губы, зубы, как действует язык, старается выполнить движения четко, точно, в полном объеме.
5. Точность – достижение результата упражнения. Достигнуто необходимое положение языка, губ.
6. Устойчивость – ребенок может удержать достигнутое положение губ и языка под счет взрослого. Сначала взрослый считает от одного до пяти. Затем длительность удерживания положения постепенно увеличивается до десяти.
7. Переключаемость – умение быстро, плавно, легко многократно переходить от одного движения к другому при сохранении высокого качества выполнения упражнения.

Обязательно говорите ребенку о его достижениях, сравнивая выполнение упражнений раньше и сейчас: что у него уже лучше стало получаться, что пока не получается и над чем дальше будем работать, к чему стремиться.

Если у ребенка не получается артикуляционное упражнение, то ни в коем случае не надо расстраиваться самой! Нельзя также говорить ребенку, что у него не получается! Иначе он просто откажется дальше заниматься. Ведь для малышей артикуляционная гимнастика – это настоящая нагрузка и тренировка.

Лучше всего:

- 1) Сразу же сказать ребенку о том, что в этом упражнении у него уже получается: «Видишь, какая красивая у тебя улыбка!», «Твой язычок широкий! Молодец!», похвалить за это.
- 2) Затем показать ребенку упражнение еще раз, заострив внимание на том нюансе, который он не понял и который еще не получается. И поставить новую задачу – «Это у нас с тобой уже получается. А теперь мы будем учить язычок... (называем конкретное действие).

ОСНОВНОЙ КОМПЛЕКС АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ:



«Толстый и худой человек»
(выполняем на счет до 30)



«Лягушка-хоботок»
(выполняем на счет до 30)



«Качеля»
(выполняем на счет до 30)



«Часики»
(выполняем на счет до 30,
подбородок остается
неподвижным)



«Чашечка»
(держим до 20 секунд,
2 подхода)



«Лошадка»
(выполняем на счет до 30,
подбородок остается
неподвижным)



«Грибок»
(держим от 30 секунд до минуты)

Цель **дыхательной гимнастики** – развивать дыхательную мускулатуру, речевой аппарат, координацию движений, вырабатывать правильное ритмичное дыхание.

С помощью комплекса дыхательных упражнений чаще всего исправляют следующие нарушения:

- Слабые вдох и выдох, которые ведут к тихой, едва различимой речи. Это нарушение обычно встречается у физически слабых, стеснительных, робких детей.
- Неравномерное, неэкономное распределение выдыхаемого воздуха. Ребенок выдыхает весь запас воздуха на первом слове или даже слоге. Конец фразы или слова «проглатывается» или договаривается шепотом.
- Неспособность грамотно распределять дыхание по словам. Ребенок вдыхает весь запас воздуха в середине слова, снова делает вдох и продолжает говорить.
- «Захлебывание» словами. Ребенок произносит фразы на вдохе, торопится, не делает пауз.
- Неравномерная громкость речи, которая возникает из-за толчкообразного выдоха.

При выполнении дыхательных упражнений важно соблюдать ряд условий:

- Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.
- Выдох должен быть длительным плавным.
- При выдохе щёки не надуваются.
- На гимнастику должно отводиться не более 5-7 минут.
- Каждое упражнение повторяют не больше 3-4 раз, иначе у ребенка может начаться головокружение.
- Гимнастику проводят натощак или хотя бы через час после еды. Если ребенок заболел, плохо себя чувствует, занятия следует отложить.
- Упражнения выполняют в свободной, не стесняющей движений одежде.

Упражнения для формирования речевого дыхания

В этом вам помогут ряд упражнений, которые несложно выполнить в домашних условиях:

- сдувать с ладошки воображаемое пёрышко;
- надувать воздушные шары;
- надувать мыльные пузыри;
- дуть через трубочку в стакан с водой;

Важно! Перед выполнением упражнения ребенок должен сделать вдох носом!

Уважаемые родители, выполнение данных рекомендаций позволит детям закрепить навыки и умения, полученные ими ранее на практике в процессе логопедических занятий в рамках логопункта детского сада.