

Логопедическая газета
Выпуск 7

"Речевичок"

Тема номера:
«Весёлая артикуляционная гимнастика вместе с мамой»



На обложке воспитанник МБДОУ №111 Абрамов Савелий группа "Пчёлки"

Ноябрь 2021г.

Авторы-составители: учителя-логопеды МБДОУ №111 Дацко С.В., Тарасова И.Ф.

Артикуляционная гимнастика дома



Правильное произношение звуков детьми обеспечивается хорошей подвижностью и дифференцированной работой органов артикуляции. Выработать чёткие и согласованные движения органов артикуляционного аппарата помогает артикуляционная гимнастика.

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.

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

Бытует мнение, что артикуляционная гимнастика — это не столь важное, несерьёзное 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 ребёнком 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 гимнастики:

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».

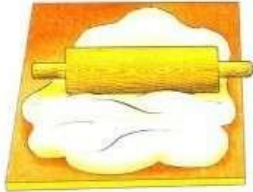
Данные пособия составлены так, что каждый родитель может без проблем проводить артикуляционную гимнастику со своим ребенком. В книги на каждой странице – одно упражнение, его цель, подробное описание, стишок, проблемы, которые могут возникнуть, и конечно, картинка с правильным выполнением.

Далее идут приложения (3 страницы), которые вы можете распечатать и использовать для занятий артикуляционной гимнастикой со своими детьми <http://mdou11-kem.3dn.ru/>

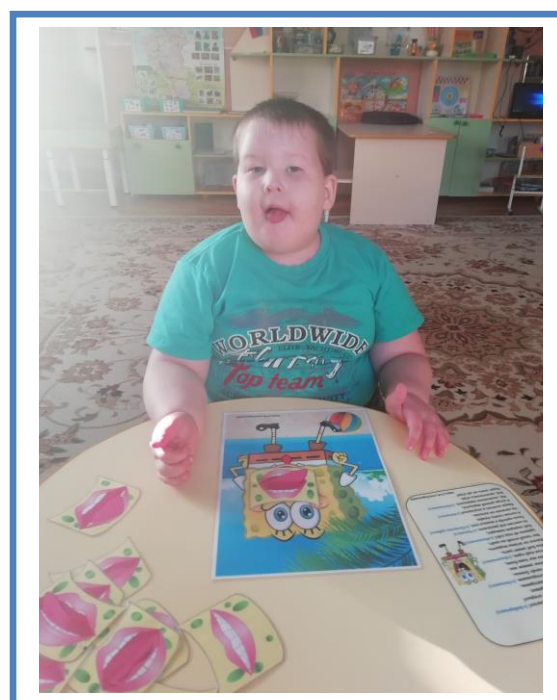
**Статические упражнения.
(Удерживать позу под счёт до 5-10)**

	Лягушка Удерживать сильно растянутые губы в улыбке. Зубы не видны.		Чашечка Открыть рот. Широкий расслабленный язык выгнуть в форме чашки.
	Заборчик Улыбнуться (зубы видны). Удерживать губы в таком положении		Грибок Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать широкий язык к нёбу. Растягивать подъязычную связку.
	Птенчик Широко открыть рот. Язык лежит во рту спокойно и неподвижно.		Хоботок Рот приоткрыть. Губы округлить и немного вытянуть вперёд.
	Блинчик Рот открыть. Положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу.		Трубочка Открыть рот. Высунуть широкий язык. Загнуть боковые края вверх.
	Иголочка Открыть рот. Узкий язык высунуть вперёд.		Киска сердится. Открыть рот. Кончик языка упереть в нижние зубы, язык выгнуть вверх.

Динамические упражнения. (Выполняются 10-15раз)

	Лошадка Присасывать язык к нёбу, растягивая подъязычную связку. Щёлкать языком медленно и сильно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна.		Вкусное варенье Рот приоткрыть. Широким языком облизывать верхнюю губу, делая движения сверху вниз. Нижняя челюсть неподвижна!
	Качели Открыть рот. Языком тянуться то к носу, то к подбородку.		Конфета Рот закрыть. Напряжённым языком упираться то в одну щёку, то в другую.
	Почистим зубки «Почистить» кончиком языка нижние (потом верхние) зубки с внутренней стороны. Нижняя челюсть неподвижна!		Гармошка Рот приоткрыть. Язык присосать к нёбу. Не опуская языка вниз, открывать и закрывать рот, растягивая подъязычную связку. Губы должны быть в улыбке!
	Барабанщик Рот приоткрыть. Кончик языка за верхними зубами. Быстро произносить: д-д-д.		Индюк Рот открыт. Широким кончиком языка проводить по верхней губе вперёд-назад, не отрывая языка. При этом произносить: бл-бл-бл... Нижняя челюсть неподвижна!
	.Месим тесто Приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами произнести: п-я-п-я...		Часики Растянуть губы в улыбку. Рот приоткрыть. Кончиком узкого языка попеременно дотрагиваться до уголков рта.

	Оближем губки Рот открыт. Медленно, не отрывая языка, облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.		Змейка Рот открыт. Узкий язык сильно выдвигать вперед и убирать обратно в рот. Не прикасаться к губам и зубам.
	Загнать мяч в ворота Положить широкий язык на нижнюю губу и плавнo, со звуком Ф, задувать ватный шарик, лежащий на столе, между двумя кубиками. Щеки не должны надуваться.		Маляр Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой маляра, проводить от верхних резцов до мягкого неба, производя движения вперед-назад.
	Погреем ладошки Рот открыт. Губы вытянуть вперед. Произносить на выдохе звук: х-х-х.. как бы согревая ладошки.		



Дыхательная гимнастика для детей. Зачем и как?

Многие родители сталкиваются с проблемой заболевания системы дыхания у детей. Отличным способом повысить иммунитет, восстановить дыхательную систему после пневмонии, бронхита а также предотвратить частые простудные заболевания является дыхательная гимнастика.

Выполнять ее совсем несложно, к тому же если проводить дыхательную гимнастику в форме игры, то получится двойной эффект. Дыхательная гимнастика очень полезна для организма ребенка: она улучшает обмен кислорода по всему телу, стимулирует работу желудка и кишечника, сердечной мышцы. Кроме того, если ваш ребенок отличается гиперактивностью, то благодаря дыхательной гимнастике, он научится расслабляться, успокаиваться. Важно правильно подойти к самому процессу выполнения упражнений и результаты вас поразят.

Как правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики?

Знаете ли вы, как на самом деле нужно дышать? Вдох должен производиться через нос, а выдох через рот. При вдохе, следите за тем, чтобы плечи ребенка не поднимались, важно сохранять спокойное положение тела. На выдохе, следует дольше и более плавно выдыхать воздух, чтобы щеки ребенка не раздувались, проследите за этим. При правильном выполнении упражнений, дыхательная гимнастика приятна и приносит удовольствие. И еще, если вы заметили, что ребенок часто дышит или побледнел – прекратите упражнение, так как, скорее всего это следствие гипервентиляции легких. Паниковать не стоит, просто сделайте вот такое упражнение вместе с ребенком: складываем ручки, как при умывании водичкой и окунаем в них личико ребенка, при этом делаем глубокий вдох и выдох. Повторяем 2-3 раза и улыбаемся. Все в порядке!

Теперь перейдем непосредственно к самим упражнениям.

Минутка здоровья!

ГУСИ

Медленная ходьба по комнате. На вдох руки в стороны, на выдох — опустить с произношением звука «гу-у-у-у» (1-2 мин.)



ЗАДУЙ СВЕЧУ

И.п. - встать прямо, ноги на ширине плеч. 1 - сделать свободный вдох и задерживать дыхание, пока это приятно; 2 — сложить губы «трубочкой», сделать три коротких резких выдоха, словно стараясь задуть горящую свечу («фу-фу-фу»). Во время упражнения корпус держать прямо (четыре-шесть раз).



СЕМАФОР

Сидя, ноги вместе. Поднять руки в стороны, медленно опустить с длительным выдохом и произношением звука «с-с-с-с-с» (3-4 раза).



КАША КИПИТ

Сидя, одна ладонь руки на живот, другая на груди. Втянуть живот, набрать воздуха в грудь — вдох, опустить грудь, выпятить живот — выдох. При вдохе, громко произносить «ф-ф-ф-ф» (5-6 раз).



ПАРОВОЗИК

Ходить по комнате, делая попеременные движения руками, приговаривая «чух-чух-чух-чух» (20-30 сек.)

НАСОС

Стоя, ноги вместе, руки опущены. Вдох, наклон туловища вправо, выдох, встать прямо, произносить «с-с-с-с-с». Тоже — влево.



ЧАСИКИ

Стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены, размахивая руками вперед, назад, произносить «Тик-так» (10-12 раз).



ТРУБАЧ

Сидя, кисти рук сжаты в трубочку, поднять вверх, медленный выдох, громко произнося «п-ф-ф-ф-ф» (4-5 раз).

ПЕТУХ

И.П. стоя, ноги врозь, руки опущены. Поднять руки в стороны, хлопая по бедрам, вдыхая, произносить «ку-ка-ре-ку» (5-6 раз).



ВОЛШЕБНАЯ ДУДОЧКА

Сесть на стульчик, кисти рук сжать, как будто в руках дудочка, поднести к губам. Вдохнуть через нос. Сделать медленный выдох с произнесением звуков (п-ф-ф-ф-ф)



МЫШКА ПИЩИТ

Вдохнуть носом, на выдохе сказать: «Пи-пи-пи!». Повторить 3-4 раза.



РАДУГА

И.п. — основная стойка

1 - полный вдох носом с разведением рук в стороны; 2 - задержать дыхание на 3-4 секунды; 3 - растягивать губы в улыбке, произносить звук «ССС», выдыхая воздух и втягивая в себя живот и грудную клетку. Руки сначала вперед, затем скрестить перед грудью, как бы обнимая плечи: одна рука идет под мышку, другая - на плечо (три-четыре раза).



Рекомендуем:

«Веселая артикуляционная гимнастика» Н.А. Ницовой.



Это пособие считается одним из самых востребованных у логопедов и родителей.

Здесь представлены артикуляционные упражнения с подробным описанием действий, наглядное изображение положений губ и языка, а также стихотворения и иллюстрации по теме упражнения. Детям наверняка понравится выполнять артикуляционную гимнастику в компании книжных щенка, слоненка или бегемотика.

«Веселая артикуляционная гимнастика»

Веселый бегемотик



Бегемотик рот открыл,
Подержал. Потом закрыл.
Подразним мы бегемота —
Подшутить над ним охота.

Веселый щенок



Улыбается щенок,
Зубки напоказ.
Я бы точно так же смог,
Вот, смотри. Сейчас.

Артикуляционная гимнастика в стихах

Существуют стихотворения для занятий артикуляционной гимнастикой. Они помогают разнообразить артикуляционные комплексы и привлекают внимание ребенка. Например: К упражнению

«Маятник»:

Тик-так, тик-так.
Ходят часики – вот так!
Влево тик, вправо так.
Ходят часики – вот так!

К упражнению «Варенье»:

Нашей Маше очень смело
На губу варенье село.
Нужно ей язык поднять,
Чтобы капельку слизать.

К упражнению «Чистим зубки»:

Рот откройте, улыбнитесь,
Свои зубки покажите,
Чистим верхние и нижние,
Ведь они у нас не лишние.

Источник: https://kukuriku.ru/razvitie/rech/sredstva/artikulyacionnaya-gimnastika/#_15 Здесь Вы найдете еще больше материалов, Уважаемые Родители.

Сладкая артикуляционная гимнастика

Веселые артикуляционные упражнения для детей, которые они будут выполнять с большим удовольствием, потому что все упражнения делаются со сладостями!

Занимаясь ежедневно по 10 минут, можно не только сформировать произвольные основные статические и динамические артикуляционные движения, но и повысить интерес к логопедическим занятиям.

1. Высунь язык и продержи на нем соломинку как можно дольше.



2. Втягивай жевательную мармеладку-спагетти в рот через вытянутые в трубочку губы.



3. Ту же длинную мармеладку нужно зажать губами и натянуть рукой. И надо стараться удерживать мармеладку губами!



4. Открой рот и постарайся удержать соломинку в равновесии на языке. Можно прижать к верхним зубам, но рот закрывать нельзя.



5. Сделай усы! Удерживай соломинку у верхней губы с помощью кончика языка.



6. А теперь делаем усы, удерживая соломинку губами.



7. Теперь задание потруднее: соломинку нужно удержать в вертикальном положении (почти), зажав один конец между нижними зубами и языком.



- 8. Удержи шарик-конфетку (или из сухих завтраков) в языке, как в чашке.**



- 9. Пооблизывай чупа-чупс, когда он сбоку, сверху, снизу.**

«Бусинки»

Кладём на тарелку крупные крошки печенья или маленькие круглые конфетки. Просим малыша губами собрать их, представив себе, что он собирает рассыпанные бусинки. Или просим губами перенести

«бусинки» с одной тарелки на другую.

«Хомячок»

Ребёнок набирает в рот воды так, чтобы обе щеки надулись. Затем кулачками бьёт по щекам и с силой выпускает струю воды в раковину. Можно набрать немного воды и гонять её из одной щеки в другую.

«Облизывание тарелок»

Намазываем гладкую поверхность тарелки вареньем, творогом, манной кашей, сгущённым молоком или другим продуктом, который не противопоказан ребёнку. Ребёнок берёт тарелку двумя руками и начинает облизывать широким языком, приговаривая: «Аах».

«Ах, как вкусно»

Посыпаем липкую тарелку мелкими крошками хлеба, сухарей, печенья, сахара, леденцов и, просим ребёнка облизать поверхность тарелки, восклицая: «Ааа, аам, аах как вкусно!»

«Рыбалка»

Посыпаем липкую тарелку более крупными крошками. Предлагаем ребёнку поймать рыбку, язык – это удочка, а крошки – это рыбки. Нужно широко открыть рот, высовывать язык иголочкой и дотронуться до крошки так, чтоб она прилипла к кончику языка, приговаривая ааа. Выполнять нужно быстро и чётко.

«Жевательная резинка»

Даём ребёнку, если это не противопоказано, мягкую жевательную резинку в виде большого кома и

просим его пожевать. Большой комок жевательной резинки разжевать сложно, поэтому ребёнок будет разрабатывать челюсти, работать языком, сглатывать слюни т. д., т. е. активизировать подвижные органы артикуляции.

«Жевательная конфета»

Ребёнок разжёвывает жевательную конфету, приклеивает её языком к твёрдому нёбу, а затем кончиком языка пытается её отодрать. Таким образом, малыш отрабатывает произвольный подъём языка вверх.

Артикуляционные сказки

«Сказка о Веселом Язычке»

Жил на свете Язычок. Был у него свой домик. Домик назывался ротик. Домик открывался и закрывался. Посмотри,

чем закрывался домик. (Взрослый медленно и четко смыкает и размыкает зубы). Зубами!

Нижние зубы - крылечко, а верхние зубы - дверка.

Жил Язычок в своем домике и часто глядел на улицу. Откроет дверку, высунется из нее и опять спрячется в домик. Посмотри! (Взрослый показывает несколько раз широкий язык и прячет его).

Язык был очень любопытным. Все ему хотелось знать. Увидит, как котенок молоко лакает, и думает: "Дай-ка и я так попробую".

Высунет широкий хвостик на крылечко и опять спрячет.

Высунет и спрячет, высунет и спрячет. Сначала медленно, а потом быстрее.

Совсем как у котенка получается.

(взрослый показывает языком движения)

А ты так умеешь? А ну-ка, попробуй!

А еще любил Язычок песни петь. Веселый он был. Что увидит и услышит на улице то и поет. Услышит, как дети кричат "а - а - а", откроет дверку широко - широко и запоет: "А - а - а". Услышит, как лошадка ржет "и - и - и", узенькую щелку в дверке сделает и запоет: "И - и - и".

Услышит, как поезд гудит "у - у - у", кругленькую дырочку в дверке сделает и запоет: "У - у - у". Так незаметно у Язычка и день пройдет. Устанет Язычок, закроет дверку и спать уляжется.

Вот и сказке конец.