

## Консультация для родителей «Артикуляционная гимнастика дома»

### Зачем нужна артикуляционная гимнастика?

Выполнение артикуляционных упражнений полезно в любом возрасте, так как четкая артикуляция – основа хорошей дикции. Артикуляционные упражнения для детей с нарушениями звукопроизношения – **необходимость**. Они подготавливают артикуляционный аппарат ребенка к постановке звуков (это задача логопеда). Четкие ощущения от органов артикуляционного аппарата – основа для овладения навыком письма.

### Система артикуляционных упражнений.

**Цель артикуляционной гимнастики:** выработка правильных, полноценных движений артикуляционных органов (языка, губ, нижней челюсти и т.д.), необходимых для правильного произношения звуков.

Артикуляционная гимнастика бывает двух видов: *пассивная* (взрослый выполняет движения за ребенка) и *активная* (ребенок самостоятельно выполняет упражнения).

Пассивные движения постепенно переводятся в пассивно-активные, а затем и в активные.

Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участием голоса.

### Как проводить артикуляционную гимнастику? Советы родителям.



1. Артикуляционная гимнастика обязательно должна проводиться систематично, в противном случае новый навык не закрепится. Желательно заниматься 2 раза в день (лучше, чтобы после последнего приема пищи прошло не менее 1 часа).

2. В процессе выполнения необходимо следить за качеством выполнения движений, снижение качества – признак переутомления, лучше этого не допускать.

3. Артикуляционные упражнения необходимо выполнять перед зеркалом. Размер зеркала должен быть таким, чтобы ребенок видел в нем себя и взрослого.

4. В начале занятий упражнения нужно выполнять в медленном темпе.

5. Прежде чем начать занятия, лучше познакомить ребенка с названиями артикуляционных органов. Такое знакомство лучше провести в форме сказки. В результате ребенок должен усвоить названия органов: зубы, нижняя и верхняя губа, небо, язык.

6. Все упражнения должны выполняться точно и плавно, иначе артикуляционная гимнастика не имеет смысла.

7. Важно сформировать у ребенка мотивацию к занятиям артикуляционной гимнастикой, ни в коем случае нельзя заставлять детей выполнять эти упражнения, однако необходимо постоянно стимулировать. Например, рассказать ребенку, что герой любимого мультфильма только покажет ребенку новую серию только в том случае, если ребенок выполнит упражнения. Если у ребенка долго не получалось выполнить то или иное упражнение и вот, наконец, получилось, можно купить торт и отпраздновать это событие.

### Упражнения для мышц мягкого неба и глотки.

- Позевывание.
- Глотание капелек воды, слюны. Можно набирать сладкую воду в пипетку и капать ребенку на мягкое небо, стимулируя глотание.
- Полоскание горла.
- Резкое отрывистое произнесение звуков: а-а-а; э-э-э; аэ-аэ-аэ.
- Покашливание.

В наиболее трудных случаях полезно использовать механические раздражители для активизации мягкого неба: металлические шпатели, бумажные трубочки, деревянные палочки.



### Упражнения для нижней челюсти.

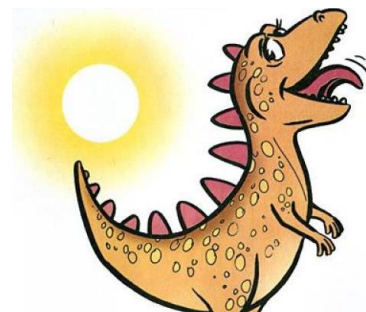
- Открывание и раскрытие рта. Причем как свободное, так и с сопротивлением рукам взрослого.
- Жевательные движения.
- Движения нижней челюсти влево-вправо.

### Упражнения для щек.

- Надувание щек: обеих одновременно и попеременно.
- Перегонка воды из одной щеки в другую.
- Втягивание щек в ротовую полость между зубами.

### Упражнения для губ и языка.

- Улыбнуться, не обнажая зубы.
- «Заборчик», улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы.
- «Волчонок», выполнить упражнение «заборчик» и приоткрыть рот на расстояние 2-3 см. При этом видны верхние и нижние зубы.
- «Трубочка» Вытянуть губы вперед, при этом челюсти сомкнуты.
- «Окошко» Выполнить «трубочку» и приоткрыть рот.
- «Прячем губки» Втянуть губы к зубам.
- 
- Вибрация губ (фыркание лошади).
- «Трубочка» Из положения «трубочка» - движения губ влево-вправо.
- «Лопатка». Широкий язык спокойно лежит на нижней губе.
- «Часики». Отведение кончика языка к углам рта вправо-влево. Нижняя челюсть при этом неподвижна.
- «Качели». Рот широко открыт, движения языка вверх-вниз, за верхние зубы – за нижние зубы.
- «Расческа». Почесывание языка о верхние зубы.
- Пересчитывание зубов, упираясь кончиком языка в каждый.
- Переворачивание во рту кубиков из хлебных корок, грецких орехов.
- «Вкусное варенье». Слизывание варенья с верхней и нижней губы попеременно.
- Круговое облизывание губ.
- «Иголочка». Суживание и заострение языка – тянемся языком к зеркалу.
- «Лошадка». Улыбнуться, щелкать языком громко и энергично. Нижняя челюсть неподвижна, двигается только язык.
- «Индюшата». Улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх. Двигать языком по верхней губе вперед-назад, произнося: бла-бла-бла.
- «Горка». Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть в нижние зубы, язык не должен выпячиваться вперед.
- «Малляр». Улыбнуться, открыть рот, язык поднять вверх и кончиком языка водить вперед-назад по небу.
- «Дятел». Улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх. Кончиком языка с силой касаться бугорков за верхними зубами, произнося «д-д-д».
- Чмоканье.
- Удержание губами карандашей, стеклянных трубочек, пуговиц, фасоли.
- Выплесывание губами семечек, риса, гороха.
- Упражнения для укрепления кончика языка, расслабления корня языка, растягивания подъязычной складки («уздечки»).
- Покусывание языка зубами по всей его поверхности, постепенно высовывая язык и снова его втягивая.
- Вялый, спокойный язык просовывается между губами, рот приоткрыт, но не широко. Ребенок произносит: пя-пя-пя.
- Сплювывание с кончика языка риса, гороха, семечек.
- Слизывание капель сладкой воды кончиком языка с вогнутой поверхности ложек.
- Вылизывание тарелок всей поверхностью языка.



### Упражнения для активизации мышц шеи, гортани (выполняются с закрытым ртом).

- Опускание головы вниз.
- Запрокидывание головы назад.
- Поворот головы вправо-влево.
- Наклоны головы вправо-влево.
- Руки в «замке» на затылке, отклонение головы назад с сопротивлением рук.
- Сжатые в кулак кисти подпирают подбородок, наклоны головы вперед с сопротивлением рук.