



«Рекомендации для родителей»

Артикуляционная гимнастика способствует выработке движений речевых органов, необходимых для правильного произношения звуков.

Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые двигательные навыки закреплялись и становились более прочными. Делать ее нужно не менее 3-х раз в день по 3-5 минут. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Занятия проводятся перед настенным зеркалом. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а так же свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Если такой возможности нет, то ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 10-12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

Не следует предлагать ребенку выполнять более 4-5 упражнений за раз. Из выполняемых упражнений новым может быть только одно, остальные даются для повторения и закрепления. Каждое упражнение выполняется 5-10 раз.

Организация работы:

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя при этом игровые приемы.
2. Показывает его выполнение.
3. Ребенок делает упражнение, а взрослый контролирует его выполнение.

1 «Улыбка» («Заборчик»)

Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 10 секунд.

2 «Трубочка» («Хоботок»)

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10. В дальнейшем можно чередовать упражнения 1 и 2.

3. «Блинчик»

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и удерживать неподвижно в таком положении под счет от 1 до 5-10.

4. «Часики»

Улыбнуться, открыть рот. Тянутся языком попеременно то к левому углу рта, то к правому.

5«Качели»

Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком потянуться вниз к подбородку, затем положить широкий широкий край языка на верхнюю губу.

6 «Расческа»

Улыбнуться, закусить язык зубами. «Протаскивать» язык между зубами вперед-назад, как бы «причесывая» его.

7 «Хомяк»

Рот закрыт. Язык поочередно упирается то в правую, то в левую щеки, оставаясь в каждом положении по 3-5 секунд.

8 «Покусаем язычок»

Улыбнуться, приоткрыть рот, покусать кончик языка. Можно покусывать язык продвигая его вперед и назад. Это упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

9 «Чашечка»

Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в виде чашечки. Стараться, чтобы нижняя губа не поддерживала язык. Держать в таком положении под счет до 5, потом до 10.

10 «Чистим зубки»

Улыбнуться, открыть рот и

широким языком «почистить» верхние и нижние зубы с внешней и внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.

11. «Катушка» и «Горка»

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы с внутренней стороны («горка»). Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать вглубь рта (качать горку).

Упражнение повторить 8-10 раз в спокойном темпе.

Дыхательная гимнастика



Задуть свечу

По сигналу "Тихий ветерок" Ребенок медленно выдыхает так, чтобы пламя свечи отклонилось, но не погасло. По сигналу "Сильный ветер"

ребенок старается на одном выдохе задуть свечу. Вместо настоящей свечи можно предложить макет свечи с "огоньком" из тонкой красной бумаги.

Покачай карандаш

Ребенку предлагается вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу карандаш.



Погреться на морозе

Ребенок вдыхает через нос и дует на

"озябшие" руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.



Часики

*Часики вперед идут,
За собою нас зовут.*

И.п. –стоя, ноги слегка расставлены.

1-взмах руками вперед- тик (вдох)
2- взмах руками назад (выдох). Повторить 5 раз.

Ежик

*Ежик добрый, не колючий,
Посмотри вокруг получше.*

И.п.-основная стойка.

1-поворот головы вправо-короткий шумный вдох носом.



2- поворот головы влево-выдох через полуоткрытый рот. Повторить 5 раз.



Ветер

Сильный ветер вдруг подул,

Слезки с наших щечек сдул.

И.п.-основная стойка.

Сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.

1-сделать полный вдох, выпячивая живот.

2-задержать дыхание на 3-4 сек.

3- сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

Повторить 5 раз.



Насос

*Покачаем мы воды,
чтобы поливать цветы.*

И.п.-основная стойка.

1-наклон туловища в сторону (вдох)

2- руки скользят, при этом громко произносить звук «С-С-С» (выдох)