

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар

«Детский сад комбинированного вида № 206»

350916, Российская Федерация, Краснодарский край, город Краснодар, Прикубанский внутригородской округ, станция Елизаветинская, ул.Красная,34, 350051, Краснодарский край, городской округ город Краснодар, город Краснодар, улица им. Фёдора Елисеева, дом 7.

ОГРН 1022301818450 ИНН 2311045921 КПП 231101001

Тел/факс: 229 12 61. Электронный адрес: detsad206@kubannet.ru. Сайт: ds206.centerstart.ru



Консультация для родителей  
«Артикуляционная гимнастика в домашних условиях»

Подготовил учитель-логопед  
А.Г.Павлова

Октябрь 2024 год

Своевременное овладение правильной, чистой речью имеет важное значение для формирования полноценной личности. Человек с хорошо развитой речью легко вступает в общение, он может понятно выражать свои мысли и желания, задавать вопросы, договариваться с партнерами о совместной деятельности, руководить коллективом. И наоборот, неясная речь весьма затрудняет взаимоотношения с окружающими и нередко накладывает тяжелый отпечаток на характер человека. Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребенка к успешному обучению в школе. Недостатки речи могут привести к неуспеваемости, породить неуверенность малыша в своих силах, а это будет иметь далеко идущие негативные последствия. Поэтому начинать заботиться о правильности речи ребенка надо как можно раньше.

К сожалению, количество детей с дефектами речи, в том числе и с нарушением звукопроизношения, год от года не уменьшается, а растет. Речь не является врожденной способностью, она формируется постепенно, и ее развитие зависит от многих причин. Одним из условий нормального становления звукопроизношения является полноценная работа артикуляционного аппарата. Бытующее мнение о том, что звукопроизносительная сторона речи ребенка развивается самостоятельно, без специального воздействия и помощи взрослых – будто бы ребенок сам постепенно овладевает правильным произношением – глубоко ошибочно. Но именно оно часто является причиной того, что развитие звуковой стороны речи, особенно в раннем возрасте, происходит самотеком, без должного внимания со стороны взрослых, и поэтому значительное число детей дошкольного возраста имеет те или другие недочеты произношения. А поскольку сами собой эти недостатки не исправятся, ежечасно мы слышим в той или иной мере дефектную речь как детей, так и взрослых. Невмешательство в процесс формирования детской речи почти всегда влечет за собой отставание в развитии. Дефекты звукопроизношения возникнув и закрепившись в детстве, с большим трудом преодолеваются в последующие годы и могут сохраниться на всю жизнь. Звуки речи образуются в результате сложного комплекса движений артикуляционных органов. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов звукопроизносительного аппарата. Таким образом произношение звуков речи – это сложный двигательный навык. Чтобы малыш научился произносить сложные звуки (с, з, ш, ж, л, р.), его язык и губы должны быть сильными, гибкими, долго удерживать необходимое положение, без труда совершать многократные переходы от одного движения к другому. Всему этому поможет научиться артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы и дифференцированности движений органов,

участвующих в речевом процессе. Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой. Некоторые дети благодаря своевременному началу занятий артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалистов. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнет заниматься логопед – их мышцы будут уже подготовлены.

Артикуляционная гимнастика очень полезна детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту». Надо помнить, что четкое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем – и детям и взрослым – научиться говорить правильно и красиво.

#### **Рекомендации к проведению упражнений:**

Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребенку необходим зрительный контроль. После того, как малыш немного освоится, зеркало можно убрать. Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счет. При этом следите, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно. Закрепление любого навыка требует систематического повторения действия, поэтому проводить артикуляционную гимнастику надо каждый день. Артикуляционная гимнастика обычно выполняется сидя, так как в этом положении у ребенка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии. Предпосылкой успеха является создание благоприятных условий. Для этого лучше всего использовать игру, как основную деятельность детей, а следовательно, самую естественную и привлекательную для них форму занятий. В игре обязательно должен присутствовать элемент соревнования, должны быть награды за успешное выполнение упражнений. Для красочного и забавного оформления игры, занятия используются картинки, игрушки, сказочные герои, привлечение стихотворных текстов, сказок. Рекомендации родителям по проведению упражнений артикуляционной гимнастики:

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить

новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

7. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ. Организация проведения артикуляционной гимнастики<sup>1</sup>. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

2. Взрослый показывает выполнение упражнения.

3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение. Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

4. Если у ребенка не получается какое-то движение, помогать ему (шпателем, ручкой чайной ложки или просто чистым пальцем).

5. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески. Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений. Прежде, чем приступить к выполнению упражнений, обязательно прочтите рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.

### **Упражнения для губ**

1. Улыбка. Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

2. Хоботок (Трубочка). Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

3. Заборчик. Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

4. Бублик (Рупор). Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

5. Заборчик - Бублик. Улыбка - Хоботок. Чередование положений губ.

6. Кролик. Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

## **Упражнения для развития подвижности губ**

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.
2. Улыбка - Трубочка. Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.
3. Пятачок. Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.
4. Рыбки разговаривают. Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).
5. Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.
6. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".
7. Уточка. Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки.
8. Недовольная лошадка. Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.
9. Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.

### **Если губы совсем слабые:**

- сильно надуть щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту,
- удерживая губами карандаш (пластмассовую трубочку), нарисовать круг (квадрат),
- удерживать губами марлевую салфетку - взрослый пытается ее выдернуть.

### **Упражнения для губ и щек**

1. Покусывание, похлопывание и растирание щек.
2. Сытый хомячок. Надуть обе щеки, потом надуть щеки поочередно.
3. Голодный хомячок. Втянуть щеки.
4. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

### **Статические упражнения для языка**

1. Птенчики. Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.
2. Лопаточка. Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.
3. Чашечка. Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.
4. Иголочка (Стрелочка. Жало). Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.
5. Горка (Киска сердится). Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

6. Трубочка. Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.
7. Грибок. Рот открыт. Язык присосать к нёбу.