

## **Консультация для родителей «Мастер-класс по артикуляционной гимнастике для детей»**

Сегодня мы поговорим о важной теме – артикуляционной гимнастике для детей.

Развитие речи – это один из ключевых этапов в жизни ребенка, который играет важную роль в его успешном развитии и социализации.

Четкая и красивая речь – это не только залог успешной учебы, но и уверенности в себе, коммуникабельности и возможности строить гармоничные отношения с окружающим миром.

К сожалению, многие дети сталкиваются с проблемами в развитии речи, такими как неправильное произношение звуков, нечеткая дикция, затруднения в построении фраз. Все это может привести к неуверенности в себе, затруднениям в обучении, а также к негативным эмоциям как у ребенка, так и у родителей.

Чтобы предотвратить возникновение таких проблем и помочь вашим детям овладеть правильной речью, необходимо уделять внимание развитию артикуляционных мышц.

### **Что такое артикуляционная гимнастика?**

Артикуляционная гимнастика – это комплекс специальных упражнений, направленных на развитие подвижности и координации органов артикуляции (губы, язык, челюсти). Она помогает усилить мышцы рта, что позволяет улучшить произношение звуков, сделать речь более четкой и разборчивой.

### **Полезьа артикуляционной гимнастики:**

- **Развитие подвижности органов артикуляции:** Упражнения тренируют мышцы языка, губ, щек, что делает их более гибкими и подвижными, что необходимо для правильного произношения звуков.
- **Подготовка к постановке звуков:** Артикуляционная гимнастика помогает ребенку усвоить правильное положение языка, губ, челюстей при произношении звуков, что делает процесс постановки звуков более эффективным.
- **Улучшение дикции:** Регулярные упражнения делают речь более четкой и разборчивой, что важно для понимания ребенка окружающими.
- **Снятие напряжения в мышцах лица:** Упражнения помогают расслабить мышцы лица, что уменьшает утомляемость при длительной речевой нагрузке.
- **Профилактика логопедических проблем:** Артикуляционная гимнастика помогает предотвратить возникновение неправильного произношения звуков, заикания, дисграфии и других логопедических проблем.

### **Основные правила проведения артикуляционной гимнастики:**

- **Регулярность:** Упражнения необходимо выполнять ежедневно, желательно в одно и то же время.
- **Игровой формат:** Дети лучше воспринимают информацию в игровой форме, поэтому важно превратить занятия в веселую игру.
- **Постепенное увеличение сложности упражнений:** Начинайте с простых упражнений, постепенно увеличивая их сложность и продолжительность.
- **Индивидуальный подход:** Подбирайте упражнения с учетом возраста и особенностей ребенка.

Следуя этим правилам, вы сможете сделать занятия артикуляционной гимнастикой интересными и эффективными для вашего ребенка.

### **Практические упражнения артикуляционной гимнастики.**

#### **Упражнения для языка в артикуляционной гимнастике для детей:**

### 1. "Лопатка"

- **Цель:** Укрепление мышц языка, развитие подвижности.
- **Выполнение:** Широко открыть рот, положить широкий, расслабленный язык на нижнюю губу. Удерживать в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 2. "Чашечка"

- **Цель:** Развитие подъема языка, формирование купола языка.
- **Выполнение:** Слегка приоткрыть рот. Поднять язык кверху, образуя чашечку. Удерживать в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 3. "Иголочка"

- **Цель:** Развитие подвижности кончика языка, развитие произвольного движения языка.
- **Выполнение:** Высунуть узкий язык вперед, максимально вытянув его. Удерживать в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 4. "Качели"

- **Цель:** Развитие подвижности языка, координации движений.
- **Выполнение:** Высунуть язык и поочередно касаться им кончика носа и подбородка.
- **Повторение:** 5-7 раз в каждую сторону.

### 5. "Грибок"

- **Цель:** Развитие подъема языка, формирование купола языка.
- **Выполнение:** Прижать широкий язык к нёбу, оставляя свободным кончик языка. Удерживать в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 6. "Чистим зубки"

- **Цель:** Развитие круговых движений языка, массаж десен.
- **Выполнение:** Закрыть рот, провести языком по внутренней стороне зубов, делая круговые движения.
- **Повторение:** 5-7 раз в каждую сторону.

### 7. "Вкусняшка"

- **Цель:** Развитие подвижности языка, координации движений.
- **Выполнение:** Высунуть язык и поочередно касаться им правого и левого уголка рта.
- **Повторение:** 5-7 раз в каждую сторону.

### 8. "Маляр"

- **Цель:** Развитие подвижности языка, развитие произвольного движения языка.
- **Выполнение:** Высунуть язык, провести им по верхней губе, как будто красят.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 9. "Лошадка"

- **Цель:** Развитие подвижности языка, развитие произвольного движения языка.
- **Выполнение:** Высунуть язык и цокать им, как лошадка.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 10. "Гармошка"

- **Цель:** Развитие подвижности языка, развитие произвольного движения языка.
- **Выполнение:** Высунуть язык и быстро двигать им вверх-вниз, как гармошкой.
- **Повторение:** 5-7 раз.

**Важно:** Перед началом занятий проконсультируйтесь с логопедом. Он сможет подобрать индивидуальные упражнения для вашего ребенка, учитывая его возраст и уровень развития.

#### **Упражнения для губ в артикуляционной гимнастике для детей:**

##### **1. "Улыбка"**

- **Цель:** Развитие подвижности губ, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Широко улыбнуться, показать зубы, удерживать губы в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **2. "Трубочка"**

- **Цель:** Развитие круговых движений губ, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Вытянуть губы вперед, как будто дуешь на свечку, удерживать в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **3. "Заборчик"**

- **Цель:** Развитие подвижности губ, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Закрыть рот, плотно сомкнуть губы, растянуть их в улыбке, показывая зубы.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **4. "Хоботок"**

- **Цель:** Развитие подвижности губ, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Вытянуть губы вперед, как будто нюхаешь цветок, удерживать в таком положении 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **5. "Рыбка"**

- **Цель:** Развитие подвижности губ, координации движений.
- **Выполнение:** Закрыть рот, сжать губы, "сделать рыбку" – выпятить нижнюю губу вперед.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **6. "Слоник"**

- **Цель:** Развитие подвижности губ, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Вытянуть губы вперед, как хобот слона, и пошевелить ими.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **7. "Поцелуйчик"**

- **Цель:** Развитие подвижности губ, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Вытянуть губы вперед, как будто хочешь поцеловать кого-то.
- **Повторение:** 5-7 раз.

#### **Упражнения для щек в артикуляционной гимнастике для детей:**

##### **1. "Надуваем шарик"**

- **Цель:** Укрепление мышц щек, развитие объемности.
- **Выполнение:** Набрать воздух в щеки, как будто надуваешь шарик, и удерживать его 5-10 секунд.
- **Повторение:** 5-7 раз.

##### **2. "Рыбки"**

- **Цель:** Развитие подвижности щек, координации движений.
- **Выполнение:** Надуть одну щеку, затем другую, поочередно.
- **Повторение:** 5-7 раз в каждую сторону.

### 3. "Качели"

- **Цель:** Развитие подвижности щек, координации движений.
- **Выполнение:** Надуть обе щеки одновременно, затем сдуть их.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 4. "Хрюшка"

- **Цель:** Развитие подвижности щек, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Закрывать рот, надуть щеки и сделать звук, похожий на хрюканье.
- **Повторение:** 5-7 раз.

### 5. "Пузыри"

- **Цель:** Развитие подвижности щек, укрепление мышц.
- **Выполнение:** Набрать воздух в рот, сделать щеки "пухлыми", и выдуть воздух, делая звук, похожий на выдувание пузырей.
- **Повторение:** 5-7 раз.

**Важно:** Все упражнения выполняются перед зеркалом, чтобы ребёнок видел, как работают его щеки.

Важно учитывать возрастные особенности детей при выборе упражнений. Для маленьких детей подходят простые упражнения, которые можно выполнять в игровой форме. С возрастом можно усложнять упражнения, добавлять новые элементы.

#### **Рекомендации по выбору упражнений для детей разного возраста:**

- **2-3 года:** Простые упражнения для губ и языка, например, "улыбка", "хоботок", "часики".
- **4-5 лет:** Усложнение упражнений, добавление новых элементов, например, "губки "рыбка", "язычок "лопатка".
- **6-7 лет:** Сложные упражнения, тренирующие координацию движений языка и губ, например, "лошадка", "грибок".

#### **Рекомендации по домашнему выполнению упражнений:**

- **Регулярность:** Занимайтесь с ребенком ежедневно, по 5-10 минут.
- **Игровой формат:** Превращайте занятия в игру, используйте игрушки, стихи, песни.
- **Поощряйте ребенка:** Хвалите его за усилия, даже если у него что-то не получается.

**Помните, что речь – это ценный дар, который нужно развивать с раннего возраста.**