

# Артикуляционная гимнастика

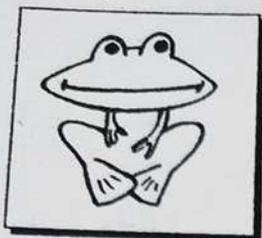
## Рекомендации к занятиям:

- Заниматься необходимо ежедневно 3-4 раза по 5 минут, чтобы навык закреплялся основательно. Дошкольнику на начальном этапе коррекции предлагайте не более 3 разных упражнений в день.
- Одно задание выполняется 5-7 раз.
- Удержание позы по 10-15 секунд.
- Соблюдайте правило: от простого к сложному.
- Начинайте урок с упражнений для губ, затем приступайте к тренировке щек и языка.
- Пользуйтесь зеркалом, чтобы ребенок видел свое лицо в отражении и контролировал выполнения заданий самостоятельно.
- Во время занятия ребенок должен сидеть с прямой спиной, расслабленными конечностями.
- Занятия проводите в игровой форме, эмоционально. Давить на малыша морально, заставлять заниматься нельзя.

## Рекомендуемые упражнения:

- Упражнения для губ

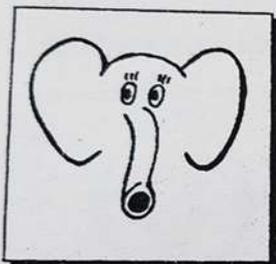
### 2. Лягушка



Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.

Вот понравится лягушкам,  
Тянем губы прямо к ушкам.  
Потяну, перестану  
И нисколько не устану\*.

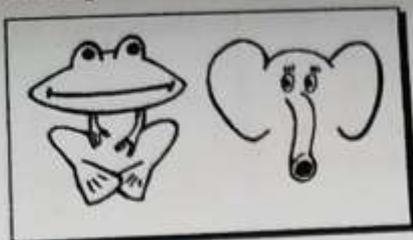
### 3. Хоботок



Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на счет до пяти.

Подражая слону.  
Губы хоботком тяну.  
А теперь их отпускаю  
И на место возвращаю.

### 4. Лягушка — хоботок



На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».

Свои губы прямо к ушкам  
Растяну я как лягушка.  
А теперь слоненок я,  
Хоботок есть у меня.

- Упражнения для щёк

## Пузыри



Надуть щеки, задержать в этом положении.

## Сытый хомячок



Надуть щеки, затем надувать поочередно то одну щеку, то другую.

## Голодный хомячок



Втянуть щеки.

- Упражнения для языка

## Блинчики



Приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, произносить звуки «пя-пя-пя».

## Чашечка



Улыбнуться, открыть рот, высунуть язык, тянуть его к носу, загнуть края языка в форме чашки. Удерживать 5 секунд.

## Чашечка



Улыбнуться, открыть рот, высунуть язык, тянуть его к носу, загнуть края языка в форме чашки. Удерживать 5 секунд.

# Дыхательная гимнастика

## Рекомендаций по занятиям дыхательной гимнастикой с детьми:

- ребенок обязательно должен быть спокоен, не рассержен и не слишком игрив;
- упражнения нужно выполнять в спокойном темпе, чтобы малыш не переусердствовал, и вы всегда могли контролировать его состояние;
- во время занятий нельзя делать резких выдохов;
- плечи малыша должны оставаться в спокойном состоянии;
- время выполнения дыхательных упражнений 3–4 минуты. Несоблюдение этого правила может привести к головокружению;
- упражнения проводить в проветренном помещении до еды;
- следите, чтобы ребенок не напрягал плечи, шею, ощущал движение диафрагмы, межреберных мышц, мышцы нижней части живота. Следить, чтобы щеки не надувались (для начала их можно придерживать руками)

## Обязательно прекратите занятия, если:

- ребенок часто дышит, резко побледнел или покраснел;
- малыш жалуется, что у него онемели ручки или ножки;
- у ребенка начали дрожать кисти рук.

Перед началом занятий попросите ребенка рассказывать о своем самочувствии и сразу же предупреждать, если он вдруг почувствует недомогание. Не стоит начинать занятие, если у ребёнка заложен нос или затруднено дыхание по любым другим причинам.

## Рекомендуемые упражнения:

- «Лестница»

Ребенок делает глубокий вдох носом и на выдохе начинает плавно, длительно протягивать любой гласный звук, начиная с высокого тона голоса и постепенно изменяя его до низкого и наоборот - от низкого до высокого.

Перед началом игры взрослый показывает ребенку, как это сделать, и объясняет, что голос как бы опускается и поднимается по лестнице.

- «Облачко»

Родитель кладёт на открытую ладонку ребёнка маленький кусочек ваты и предлагает ребёнку набрать воздуха и сделав губы трубочкой сдуть с руки «облачко».

- «Воздушный футбол»

На один край стола родитель кладёт кусочек ваты, а на другой ставит «ворота». Ребёнку даётся трубочка для коктейлей и предлагают дуть через трубочку на ватку и забить этот «ватный мяч» в «ворота». Можно включить элемент соревнования.

# Упражнения и игры для развития просодической стороны речи

## Рекомендованные игры:

- **Игры по развитию темпа речи:**

### «Дождик»

Родитель читает стихотворение, ребёнок хлопает в ладоши в том же темпе, в котором произносятся слова: КАП-КАП-КАП.

Фраза произносится несколько раз в разном темпе - быстром, медленном, нормальном. Ребёнок выполняет движения в этом темпе.

Капля раз, капля два,  
Капля медленно сперва:  
КАП-КАП-КАП  
Стали капли попевать,  
Капля каплю догонять:  
КАП-КАП-КАП  
Зонтик поскорей раскроем  
От дождя себя укроем  
КАП-КАП-КАП

### «Кролик Гриша»

Ребёнок проговаривают скороговорку в разных темпах: медленно, быстро, в нормальном темпе.

У кролика Гришки  
Четыре братишки:  
Кролик Тришка  
Кролик Трошка  
Кролик Прошка  
Кролик Лешка

- **Игры по развитию ритма:**

### «Кошачьи следы»

**Материалы:** картинки с изображением котёнка и следов разной величины.

Кот Васька любит гулять около дома. Посмотри, какие следы он оставил.

(Большой след — хлопнуть ладошкой по столу сильно, маленький след — слабо)



## «Делай как я»

Прохлопай вместе со мной стихотворение (На каждый слог — хлопок, каждая строчка на одном выдохе).

### Дождь в лесу «Агния Барто»

Мы хо-ди-ли по гри-бы,  
За-би-ра-лись под ду-бы.  
Вдруг-дождь! Да ка-кой!..  
Ста-ла про-се-ка ре-кой!  
Я гля-жу из-под пла-ща,  
Как, тре-ща и тре-пе-ща,  
Гну-тся ве-тки на ве-су.  
Дождь в ле-су! Дождь в ле-су!  
Не-ту боль-ше ти-ши-ны.  
Мы сто-им ог-лу-ше-ны:  
Ли-вень с вет-ром по-по-лам  
Бьёт по вет-кам, по ство-лам!  
Ве-тер, ве-тер зах-лес-тал  
Листь-я все пе-ре-лис-тал.  
Дождь в ле-су! Дождь в ле-су!  
Не гри-бы до-мой не-су -  
Од-ни дож-дин-ки на но-су.

- **Игры на определение логического ударения:**

### «Учись ставить логическое ударение»

Родитель просит ребёнка повторить за ним фразу: «Папа пришел с работы».

Первый раз сказать ее так, чтобы было понятно, что папа пришел с работы, а не дядя.

Второй раз – чтобы было понятно, что папа пришел, а не приехал на машине. Третий раз – нужно голосом подчеркнуть, что папа пришел с работы, а не из магазина.

### «Найди слово»

Ребенку предлагается рассмотреть предметные картинки и прослушать вопросительные предложения. Родитель произносит предложение, голосом выделяя слово, несущее на себе смысловую нагрузку. Ребенку предлагается вместо ответа показать соответствующую предметную картинку.

Девочка моет чашку? – Девочка моет **чашку**?

Мальчик сорвал яблоко? – Мальчик сорвал **яблоко**?

- **Игры на восприятие интонации:**

### «Угадай-ка»

Родитель произносит фразы радостным, грустным, злым, испуганным или удивленным голосом. Ребёнок определяет и называет, с какой тембровой окраской голоса произнесены фразы.

### «Храбрец»

Родитель предлагает ребёнку произнести фразу «Я прививок не боюсь, если надо – уколюсь» с разной эмоциональной окраской. (грусть, злость, страх, радость и т.д.)

- **Игры на восприятие тона голоса:**

#### «Кто сказал?»

Родитель на своём примере показывает каким тоном говорит медведь (низкий тон голоса), лисица (мягкий голос), мышка (низкий голос). Затем поворачивает ребёнка к себе спиной и произносит фразы разным тоном, спрашивая кто это сказал. А ребёнок должен угадать.

#### «Сказочник»

Родитель предлагает пересказать или прочесть хорошо известную ребёнку сказку разными голосами персонажей. Или по ролям.

- **Игры на силу голоса:**

#### «Дует ветер»

Оборудование: 2 картинки, на одной из которых изображен легкий ветерок, качающий траку, цветы, а на другой – сильный ветер, качающий деревья.

Родитель показывает ребёнку картинку с изображением ветерка и говорит: «Летом мы пошли на прогулку в лес. Дует легкий ветерок и колыхает травку и цветочки. Он дует тихо-тихо, вот так: «у-у-у» (звук произносится тихо и длительно)».

Затем показывает картинку с изображением сильного ветра и говорит: «Вдруг подул сильный ветер, он громко загудел «у-у-у» (звук произносится громко и длительно)». Ребёнок повторяет за родителем, как дует легкий ветерок и как гудит сильный ветер. Важно следить, чтобы, повторяя за ним, ребенок соблюдал ту же силу голоса.

#### «Ситуация»

Ребёнку задаётся ситуация и ему нужно определить, как поступить.

Например:

Родитель говорит: «Ты потерялся в лесу. Тебе нужно позвать на помощь. Как ты это сделаешь?»

Ребёнок станет кричать громко, чтобы привлечь к себе внимание.

Родитель говорит: «Ты от кого-то прячешься с другом. Но тебе понадобилось что-то ему срочно сказать, но так, чтобы вас не заметили, как ты будешь это делать?» Ребёнок что-то зашепчет.