

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
детский сад № 26 «Василек» станицы Советской муниципального образования  
Новокубанский район

**Консультация для родителей:**  
**«Артикуляционная и  
дыхательная гимнастика  
для малышей»**

**Учитель-логопед:**

**Скичко Е. А.**

## **Зарядка для язычка: артикуляционная и дыхательная гимнастика для малышей.**

Отчетливо произносить все звуки - невероятно сложная задача. Малыш постепенно тренирует свой язык, губы, легкие, голосовые связки. Ведь только языком (его кончиком, спинкой, боковыми краями, корнем) мы совершаем больше тридцати движений, которые дают различные акустические эффекты. Не так-то просто крохе справиться с такой задачей.

Дефект в пределах нормы

До 3-4 лет в речи ребенка можно считать допустимыми (физиологическими) следующие неправильности, искажения в произнесении звуков:

Смягченность (ребенок говорит "масинька" вместо "машинка", "носька" вместо ножка и т.д.).

Отсутствие и замена шипящих звуков "ш", "щ", "ч", "ж" ("косетька" вместо "кошечка", "лосядка" вместо "лошадка" и т.д.).

Отсутствие звука "р", его замена на звуки "л", "ль", "в", "й" ("каова" вместо "корова", "от" вместо "рот", "лак" вместо "рак", "лямаска" вместо "ромашка", "йыба" вместо "рыба").

Замены звуков "к" и "г" на звуки "т" и "д" ("тапля" вместо "капля", "дусь" вместо "гусь").

Замены звонких звуков глухими ("сайка" вместо "зайка" и т.п.).

Смягчение произнесения звука "л", его замена на "й" ("кальбаска" вместо "колбаска", "стуй" вместо "стул" и т.п.).

Пропуск трудных звуков при сочетании согласных ("мачик" вместо "мальчик" и т.п.).

Сокращение длинных незнакомых слов ("ампитура" вместо "температура" и т.п.).

Перестановка звуков или целых слогов ("пыселос" вместо "пылесос" и т.п.).

Обычно перечисленные нарушения практически исчезают к 4-5 годам. Если этого не происходит, нужно обратиться к логопеду (лучше это сделать еще в 3-4 года). Мы делаем ребенку массаж, учим плавать, чтобы он рос гибким и крепким. Он должен освоить определенные движения, чтобы научиться сидеть или ходить. То же и с речью - малыш должен освоить определенные движения речевого аппарата. И мы можем ему в этом помочь - как можно раньше начав делать с крохой артикуляционную гимнастику, развивать речевое дыхание.

## Артикуляционная гимнастика

Будьте настоящими артистами, проявите фантазию. Даже двухнедельному малышу понравится, если, одевая его на прогулку, вы расскажете, как мычит коровка, как кукарекает петух, как лает собака. Пока переберете всех известных вам животных, замороженный кроха уже одет. Со временем научите его играть язычком и дуть в трубочку (дудочку, свисток и т.д.). "Играть на дудочке" - прекрасное развлечение для 8-9-месячного малыша.

Когда малыш немного подрастет, начните делать специальные игровые упражнения. Выбирайте время, когда он в хорошем настроении. Лучше всего делать их перед зеркалом, хотя можно играть и во время прогулки, обеда (облизать губки, тарелочку, дотянуться до носа языком и т.д.), в очередях в поликлинике, в автобусе, да и вообще где угодно. Много времени и сил для этого не нужно. Чем старше становится ребенок, тем сложнее упражнения. (Рекомендуемое число повторений - 6-8 раз).

### Вот некоторые примеры

Широко открыть рот (жарко), закрыть рот (холодно)

Надуть щеки, сдуть щеки, как будто шарик.

Облизать губки по кругу, дотянуться с силой язычком до носика, щек, подбородка (представьте, что вы выпачкались в варенье).

Облизать тарелочку, как это делает киска.

Приоткрыть ротик, побарабанить язычком по верхним зубкам (словно барабанщик).

Поиграть в слоненка: вытянуть вперед губы трубочкой, "сделать хобот"; "набирать им водичку", слегка причмокивая.

Перекатывать орешки: с закрытым ртом кончик языка поочередно с напряжением упирается в щеки, на щеках образуются твердые шарики - "орешки".

Поиграть в лошадку: поцокать языком, потом пофыркать (можете при этом играть с игрушечной лошадкой).

Сделать заборчик: улыбнуться с напряжением, обнажив зубы. Сделать чашечку: высунуть язык, придать ему форму чашечки.

Завернуть язык наверх, словно вы сворачиваете блинчик, прижать его верхними зубами.

Почистить зубки язычком (провести язычком по верхним, потом по нижним зубкам).

Поиграть в паровозик: погудите, "у-у", губы трубочкой (можете показывать при этом нарисованный или игрушечный паровозик).

Показать, как гудит паропход: приоткрыв рот, тянем звук "ы-ы-ы".

Покажите ребенку часы с маятником, пусть малыш изобразит как он работает, точно так же подвигайте язычком: вправо-влево, в уголки рта.

Используя эти упражнения, можете сами придумать и разыграть сказку. Например: "Проснулся утром язычок, открыл окошко (открыть рот), посмотрел наверх - где же солнышко? (вытянуть язык вверх к носу) - и стал

искать его: посмотрел налево (вытянуть язык к левой щеке), потом направо (вытянуть к правой щеке)" и т.д. Проявите фантазию.

### Развиваем речевое дыхание

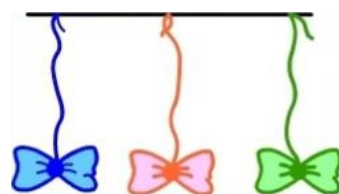


Во-первых, когда рассказываете малышу сказки, стихи, например упоминаете ветер, поучите ребенка дуть: дуйте ему в лицо. Со временем он начнет подражать вам. Потом вы можете еще и поиграть, предлагая ребенку дуть: дайте малышу маленький кусочек распущенной ватки, объясните, что это снежинка, она



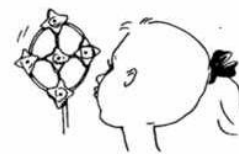
летает, когда дует ветер, дуть нужно ртом, округленными губами, плавно, а вдыхать через нос.

Сделайте из бумаги бабочку или самолетик, прикрепите на ниточку, покажите ребенку, как они будут летать, если на нее подуть. Нужно добиваться того, чтобы выдох был как можно более долгим.



Сделайте дерево: вырежьте из бумаги несколько полосок, приклейте к палочке или карандашу, "ветер" будет колыхать листву. Такие упражнения также развивают воображение.

Подуйте вместе на кусочек бумажки или пламя свечи. Важно, чтобы выдох не был резким, иначе свеча потухнет, дуть нужно плавно и легко.



Сделайте (или купите) вертушку или игрушечную мельницу, научите малыша дуть на крылья так, чтобы они вертелись.

Вырежьте из бумаги птичек и поставьте у самого края стола. Командуйте: "птички полетели", дуйте вместе, только один раз. Выдох должен быть долгим, чтобы они улетели как можно дальше.

Покажите ребенку, как дышит собачка, когда ей жарко: высунув язычок, шумно, быстро.

Научите малыша дуть на горячее, а также греть ручки: пусть вдыхает носом, а выдыхает ртом, согревая поднесенные к губам руки.



Бывает так, что дети смешивают понятия вдох и выдох, а также вдох и выдох ртом и носом. Научите ребенка нюхать цветочек (нужно сделать утрированный вдох носом, а потом выдохнуть со звуком "а-а"). Сорвите отцветший одуванчик и дуйте на него так, чтобы слетели пушинки. Следите за тем, чтобы малыш хорошо надувал щеки, не проглатывал и не выдыхал воздух.

Изобразите море (например, когда рассказываете сказки А.С. Пушкина): на вдохе плавно поднимите руки вверх, на выдохе опустите руки, произнесите долгое "ш-ш-ш". Малыш постарше может тренироваться с

мыльными пузырями или водой. Пусть дует в трубочку (соломинку или макаронину). Опустив соломинку в воду, можно сделать "настоящую бурю". Налейте воды в тазик, можете запустить кораблики, например, бумажные. Потом изобразите ветер. Дуть нужно не торопясь, сложив губы трубочкой, не надувая щеки. Покажите ребенку, как это делаете вы. При ровном выдохе кораблик движется по воде плавно. Теперь подуйте прерывисто: "п-п-п" и объясните, что подул порывистый ветер. Пусть ребенок попытается пригнать кораблик к определенному месту. Конечно, это упражнение для детей постарше, не так-то просто справиться с таким заданием.

### **Развиваем фонематический слух**

Ставьте ребенку аудиокассеты, привлекайте внимание к разным звукам в вашей квартире и на улице ("Слышишь, стучат: тук-тук!", "Это птицы поют!"), покупайте разные пищание, гремящие, звучащие игрушки (неваляшку, музыкальную карусель, ксилофон и т.д.). Очень важно "переводить" звуки окружающего мира в речевые (кто-то чихнул - скажите "апчхи", звякнула посуда - скажите "дзынь").

Начните делать и специальные упражнения. Для крохи, конечно, это будет просто игра. Вы можете взять несколько звучащих предметов или музыкальных инструментов (бубен, дудочку, гармошку и т.д.). Совсем маленького ребенка научите извлекать из них звуки: звенеть, стучать, греметь. Постучите по разным поверхностям, пусть он услышит, какими разными получаются звуки. Если малыш пока еще не держит погремушку, привяжите ее к ручке или ножке. Потом учите его играть на разных инструментах, стучать в барабан (или по кастрюле). Подносите погремушки то к одному, то к другому уху, давайте послушать часы, телефон. Пойте и декламируйте стихи малышу. Применяйте "забавные звуки", имитируйте животных. Читайте ему. В первое время делайте акцент на ритм, интонацию.

Когда слышите какой-то звук, спросите: "Что это?", потом поднесите ребенка и покажите, что это звучало. Для ребенка после года подойдут игры на разгадывание звуков. Например, покажите, как звучат разные предметы (музыкальные инструменты). Можно начать с двух, причем очень разных по звучанию (дудочка, барабан). Потом попросите ребенка отгадать, что звучало (пока он не видел). Постепенно усложняйте задание. Также можно "говорить" за разные игрушки-животных (или записать на аудиокассету: "кря-кря", "хрю-хрю" и т.д.), попросить отгадать (показать), кто так "разговаривает". Постепенно усложняйте такие игры, используя больше звуков, причем таких, которые сложнее разделить. Прошепчите малышу на ушко "секрет", пусть он тоже что-то вам прошепчет. И все это в форме игры, тогда малыш будет вам подражать.

Маленькому ребенку не всегда легко владеть своим голосом. Поиграйте с ним, говоря то тише, то громче, контролируя темп. Этому ему тоже приходится учиться. Рассказывая сказки (например, про семерых козлят), изображайте волка с "толстым" голосом, потом с "тонким", пусть

попробует это повторить и сам малыш. В других сказках пусть попробует озвучить мишку, барашка, комарика, используйте контрасты. Говорите с ребенком то тихо (как будто все спят, а вы крадетесь по лесу), то громко, с разной интонацией, при этом на ходу придумывайте сказки. Покажите маленькую и большую собачку: как лает маленькая (тихо), а как большая (громко), пусть ребенок повторит за вами.

Читайте стихотворение (первые две строчки тихим голосом, ударяя пальчик о пальчик тихо, две последние строчки громким голосом, громко хлопая в ладоши):

Пальчик о пальчик тихо бьем.

Пальчик о пальчик тихо бьем.

А потом в ладоши громко бьем.

Хлопаем в ладоши: бом-бом-бом.

Разучите стихотворение (произносите первую строчку обычно, вторую тихо, третью обычно, четвертую шепотом: Мышонку шепчет мышь: "Ты что шуршишь, не спишь?". Мышонок шепчет мыши: "Шуршать я буду тише".

Для ребенка постарше подойдут такие задания: "Я буду произносить звуки, а ты хлопни в ладоши, когда услышишь звук... (например "М"), "Я буду называть слова, а ты хлопни в ладоши, когда услышишь слово со звуком... (например "Р").

Для 5-6-летних подойдет задание: "Замени первый звук в слове на "Р". Какое получилось слово? Лис-...ис, лепка-...епка, диск-...иск и т.д."

Можете сами выдумывать подобные игры. Попросите ребенка под тихий звук идти на носочках, под громкий - шагом, под очень громкий - бегом (для аккомпанемента, например, ударяя в барабан). Завяжите малышу глаза, звените колокольчиком, пусть пробует определить, откуда доносится звук. Учите ребенка воспроизводить ритм. Например, ударьте в ладоши два раза, попросите малыша повторить за вами. Постучите по столу два раза, потом еще раз после паузы, добивайтесь, чтобы ребенок повторил за вами. Отхлопывайте вместе ритм и говорите двухсложные слова: ма-ма, па-па, осень, ду-ет, силь-ный, мно-го и др. (потом трехсложные: вы-со-та, ле-бе-да, и т.д.).

Можно придумывать свои слова. Начните делать все упражнения как можно раньше. Конечно, выбирайте сначала самые простые, выполняя их как бы между делом: дуйте вместе на суп или поиграйте в кошечку, облизывающую тарелочку. Не огорчайтесь, если не все получится с первого раза. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны. Постепенно усложняйте задания, преподнося их непременно в канве сказки или игры. Не забывайте при этом почаще хвалить малыша. Вас ждет непременно успех.



# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

## ОКОШКО



- широко открыть рот – “жарко”
- закрыть рот – “холодно”



## ЧИСТИМ ЗУБКИ



- улыбнуться
- открыть рот
- кончиком языка с внутренней стороны “почистить” поочередно нижние и верхние зубы



## МЕСИМ ТЕСТО



- улыбнуться
- пошлёпать языком между губами – “пя-пя-пя-пя”
- покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения)



## ЧАШЕЧКА

- улыбнуться
- широко открыть рот
- высунуть широкий язык и придать ему форму “чашечки” (т.е. слегка приподнять кончик языка)



## ДУДОЧКА



- с напряжением вытянуть вперёд губы (зубы сомкнуты)



## ЗАБОРЧИК (ЛЯГУШКА)



- улыбнуться, с напряжением обнажить сомкнутые зубы



## МАЛЯР

- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- кончиком языка погладить (“покрасить”) нёбо



## ГРИБОЧЕК



- улыбнуться
- поцокал языком, будто едешь на лошадке
- присосаться широким языком к нёбу



## КИСКА



- губы в улыбке
- рот открыт кончик языка упирается в нижние зубы
- выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы



## ПОЙМАЕМ МЫШКУ



- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- произнести “а-а-а” и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)



## ЛОШАДКА



- вытянуть губы
- приоткрыть рот
- поцокал “узким” языком (как цокают копытами лошадки)



## ПАРОХОД ГУДИТ



- губы в улыбке
- открыть рот
- с напряжением произнести долгое “ы-ы-ы...”



## СЛОНИК ПЬЁТ



- вытянув вперёд губы трубочкой, образовать “хобот слоника”
- “набирать водичку”, слегка при этом причмокивая



## ИНДЮКИ БОЛТАЮТ



- языком быстро двигать по верхней губе – “бл-бл-бл...”



## ОРЕШКИ



- рот закрыт
- кончик языка с напряжением поочередно упирается в щёки, на щеках образуются твёрдые шарики – “орешки”



## КАЧЕЛИ



- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка за верхние зубы
- кончик языка за нижние зубы



## ЧАСИКИ



- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



## БЛИНЧИК



- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- положить широкий язык на нижнюю губу



## ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ



- улыбнуться
- открыть рот
- широким языком в форме “чашечки” облизать верхнюю губу



## ШАРИК



- надуть щёки
- сдуть щёки



## ГАРМОШКА

- улыбнуться
- сделать “грибочек” (т.е. присосаться широким языком к нёбу)
- не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать)



## БАРАБАНЩИК



- улыбнуться
- открыть рот
- кончиком языка за верхними зубами: “дэ-дэ-дэ...”



## ПАРАШЮТИК

- на кончик носа положить ватку
- широким языком в форме “чашечки”, прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх



## МЯЧ В ВОРОТА

- “вытолкнуть” широкий язык между губами (словно загоняешь мяч в ворота)
- дуть с зажатым между губами языком (щёки не надувать)

