

Зарядка для язычка: артикуляционная и дыхательная гимнастика для малышей.

Малыш должен освоить определенные движения речевого аппарата. И мы можем ему в этом помочь - как можно раньше начав делать с ним артикуляционную гимнастику, развивать речевое дыхание.

### **✓ Артикуляционная гимнастика.**

Будьте настоящими артистами, проявите фантазию. 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 паровоз: приоткрыв рот, тянем звук "ы-ы-ы".
- Покажите ребенку часы с маятником, пусть малыш изобразит как он работает, точно так же подвигайте языком: 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 распушенной 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. 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.

Сделайте дерево: вырежьте из бумаги несколько полосок, приклейте к палочке или карандашу, "ветер" будет колыхать листву. Такие упражнения также развивают воображение. Сделайте (или купите) вертушку или игрушечную мельницу, научите малыша дуть на крылья так, чтобы они вертелись.

Подуйте вместе на кусочек бумажки или пламя свечи. Важно, чтобы выдох не был резким, иначе свеча потухнет, дуть нужно плавно и легко. 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!", "Что это? "). Для закрепления пройденного на занятии, понадобятся разные пищащие, гремящие, звучащие игрушки (неваляшка, музыкальная карусель, ксилофон и т.д.). Очень важно "переводить" звуки окружающего мира в речевые (кто-то чихнул - скажите "апчих", звякнула посуда - скажите "дзынь").

Начните делать и специальные упражнения. Для ребёнка, 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. Применяйте "забавные звуки", имитируйте животных. Читайте ему. В первое время делайте акцент на ритм, интонацию.

Когда слышите какой-то звук, спросите: "Что это?" - 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). «Повтори за мной», «Сыграй как я». 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.

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 шепчетмышь:

"Ты что шуршишь, не спишь?".

Мышонок шепчетмыши:

"Шуршать я буду тише".

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, ос-ень, ду-ет, силь-ный, мно-го и др. (потом трехсложные: вы-со-та, ле-бе-да, и т.д.).