

## **Консультация для родителей**

# **«Необходимость выполнения дыхательной и артикуляционной гимнастики. Правила выполнения».**

**Хорошая речь** – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее речь ребёнка, тем легче ему высказать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие.

**Развитие речи** – её звуковой стороны, словарного состава, грамматического строя – одна из важнейших задач обучения детей в начальной школе. Вместе с тем, работа по развитию речи – это составная часть логопедической работы, которая направлена на коррекцию речи детей. В системе занятий реализуется основной принцип специального образования – принцип коррекционной направленности при соблюдении триединой задачи, а именно: коррекционное воспитание, коррекционное развитие, коррекционное обучение. Коррекционное развитие проводится по основным направлениям:

- развитие сенсорных и моторных функций;
- формирование кинестетической основы артикуляторных движений;
- развитие мимической мускулатуры;
- развитие интеллектуальных функций;
- развитие эмоционально-волевой сферы и игровой деятельности;
- формирование черт гармоничной и незакомплексованной личности.

Одним из этапов логопедического занятия является работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата, которая проводится в форме артикуляционной гимнастики. Артикуляционная (логопедическая) гимнастика – является основой речевых звуков – фонем – и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза. Она включает упражнения для тренировки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения звуков.

**Цель артикуляционной гимнастики** – выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произнесения звуков.

Важную роль в формировании правильного произношения звуков играет четкая, точная, координированная работа артикуляционного аппарата.

### **Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики**

- Проводить ежедневно 3-4 раза в день по 3-5 минут, не более 3 упражнений за один раз.
- Каждое упражнение выполнять 5-10 раз.
- Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд.
- При отборе материала надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их надо эмоционально в игровой форме, например, «Сказка о Веселом Язычке».

- Если ребенок выполняет упражнения не достаточно хорошо, то переходить к новому упражнению нецелесообразно.
- Проводить артикуляционную гимнастику нужно сидя, т.к. тело в этот момент расслаблено. Важно, чтобы логопед и ребенок сидели перед зеркалом, чтобы ребенок мог самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений.
- Начинать артикуляционную гимнастику лучше с упражнений для губ.

Упражнения должны быть понятны ребенку, доступны.

Темп выполнения и количество упражнений постепенно увеличивается.

Многие авторы отмечают взаимозависимость речевой и моторной деятельности, стимулирующую роль тренировки тонких движений пальцев. Для достижения лучших результатов в работе по постановке звуков, чтобы процесс был более занимательным и увлекал детей, применяется такой метод как **биоэнергопластика** – это взаимодействие руки и языка.

Движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику.

Статические упражнения способствуют развитию мышечной силы, динамической организации движения, помогают ребенку принять правильную артикуляционную и пальчиковую позу:

Применение биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

Педагог может самостоятельно подобрать движение руки под любое артикуляционное упражнение. Важно не то, что именно будет делать ребенок, а то, как он это делает. Необходимо привлечь внимание каждого ребенка к одновременности выполнения артикуляционных движений с работой кисти; их ритмичности и четкости. Недопустима малейшая небрежность.

Наиболее эффективно выполнение артикуляционных упражнений под счет, с хлопками, под музыку, а также в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями.

Правильное дыхание очень важно для развития речи, т.к. дыхательная система – это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Можно использовать упражнения, при которых дыхательные мышцы работают с особым напряжением (из буддийской гимнастики), способствующие развитию не только органов дыхания, но и работе сердечно-сосудистой системы.

## **Рекомендации родителям по проведению дыхательной гимнастики:**

1. Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо вытереть пыль в помещении и проветрить его.
2. Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного обеда, желательно – натощак или через час после еды.
3. Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде.
4. Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнения не напрягались мышцы рук, шеи, груди.

### **Комплекс дыхательных упражнений**

1. **«СНЕГ»** Ребенку предлагается подуть на вату, мелко нарезанные бумажки, пушинки и тем самым превратить комнату в заснеженный лес. Щеки не надуть.
2. **«КОРАБЛИКИ»** Подуть на бумажные кораблики, опущенные в таз с водой. Можно устроить соревнования. Чей кораблик быстрее доберется до пристани.
3. **«ФУТБОЛ»** Сделать из конструктора ворота и загонять в них шарик от пинг-понга.
4. **«ПУЗЫРЬКИ»** Дуть через трубочки от коктейля сначала в наполненный до краев стакан, а потом в стакан, наполненный наполовину.
5. **«МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ»**
6. **«ДУДОЧКА»** Высунуть узкий язык вперед, слегка касаясь кончиком языка стеклянного пузырька. Выдуть воздух так, чтобы пузырек засвистел.
7. **«ГУБНАЯ ГАРМОШКА»**
8. **«ЦВЕТОЧНЫЙ МАГАЗИН»** Можно использовать ароматические саше. Глубокий вдох через нос, выдох медленно через рот.
9. **«СВЕЧА»** Зажигаем свечи желательно разного цвета. Просим ребенка поочередно медленно подуть сначала на синюю свечу, затем на желтую и т.д.
10. **«КОСАРИ»** Упражнение выполняется маршируя. Вдох «ОТВОДИМ КОСУ» в сторону, выдох – «ВЗМАХ КОСОЙ».

В подготовительный период, развивая фонематический слух и артикуляционную моторику, учим детей вслушиваться в слова и звуки. Приступая к занятиям, уточняем произношение гласных звуков, затем более легких в произношении согласных звуков, далее свистящих, сонорных и йотированных согласных.

При изучении гласных звуков целесообразно длительно произносить на одном выдохе гласные звуки сначала тихим, затем громким голосом;

### **Произносить на одном выдохе сочетаний из 2, затем 3 гласных звуков:**

АУ, УА, АО, ОА, АИ, ИА, УИ, ИУ ...

АУИ, АИУ, УАИ, УИА, АОИ, АИО, ОАИ, ОИА ...

### **Произносить на одном выдохе одинаковые слоги:**

ФА-ФА, ХА-ХА, ВА-ВА ...

ФА-ФА-ФА, ХА-ХА-ХА ...

ФА-ФА---ФА-ФА-ФА, ХА-ХА---ХА-ХА-ХА

### **Произносить на одном выдохе слоги с разными гласными:**

ХА-ХО-ХИ ФА-ФО-ФУ-ФЫ

ХО-ХИ-ХА ФО-ФУ-ФЫ-ФА

ХИ-ХА-ХО ФУ-ФЫ-ФА-ФО

В дальнейшем проводятся упражнения для автоматизации звуков в речи ребенка на материале чистоговорок, стихов, скороговорок.