

# РЕЧЕВАЯ ГИМНАСТИКА

## упражнения для развития речевого дыхания

Для того чтобы звукопроизношение было чистым, нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, мягкое небо. Так как все речевые органы состоят из мышц, то, следовательно, они поддаются тренировке.

Гимнастика, направленная на развитие органов речи, называется артикуляционной. Такая гимнастика помогает укрепить речевые мышцы и подготавливает базу для чистого звукопроизношения.

Важно помнить, что артикуляционная гимнастика является лишь подготовительным этапом в постановке и автоматизации звуков. Непосредственно постановкой звуков должен заниматься только логопед!

**Большая опасность заключается в том, что многие родители считают, что могут развить у ребенка правильное произношение путем повторения различных скороговорок.**

Но необходимо помнить о том, что сначала ребенок должен научиться произносить изолированные звуки, и лишь потом закреплять их в словах.

Залогом четкого произношения звуков и ясной дикции является хорошо поставленное речевое дыхание.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

#### **Футбол**

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.

#### **Ветряная мельница**

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

#### **Снегопад**

Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

#### **Листопад**

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

### **Бабочка**

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

### **Кораблик**

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.

### **Одуванчик**

Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

### **Шторм в стакане**

Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).

### **Техника выполнения упражнений:**

- воздух набирать через нос
- плечи не поднимать
- выдох должен быть длительным и плавным
- необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)
- нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению



## **УТРО С КОТИКОМ МУЗИКОМ**

### **Артикуляционная гимнастика**

**Котик Музик утром встал,  
Чистить зубки побежал.  
Вправо-влево, вправо-влево  
Чистим зубки мы умело.  
Пополощем ротик,  
Как чистюля Котик.**



*Дети потягиваются.  
В улыбке открыть рот и кончиком языка,  
сильно «почистить» за нижними зубами  
5-6 раз, затем за верхними зубами 5-6 раз.  
Имитация полоскания рта.*

**Дальше по порядку  
Делаем зарядку!  
Музик спинку выгибает.**

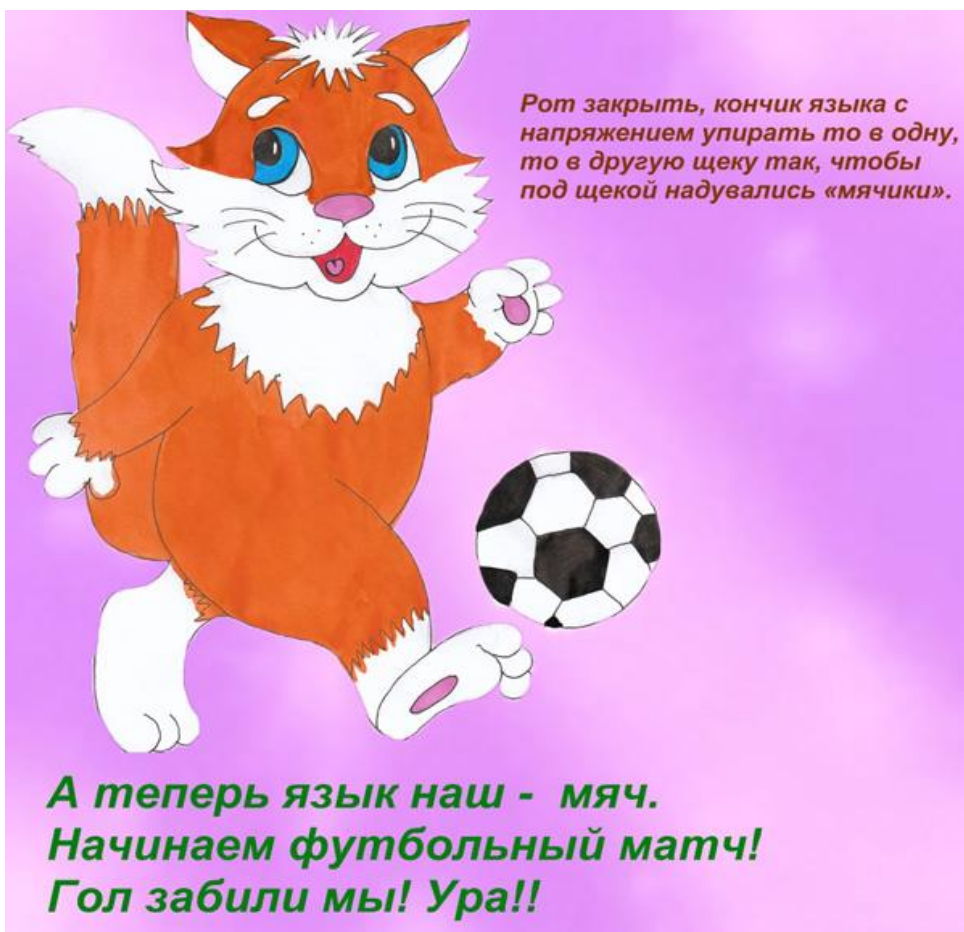


*Улыбка, открыть рот,  
кончик языка упереть  
за нижние зубы,  
«спинку» выгнуть,  
удерживать под счет до 8-ми.*

**Музик спинку  
прогибает.**



*Открыть хорошо рот,  
поднять язык  
за верхние зубы.*



**Как сметану любит Котик?  
Оближи скорее ротик.**

*Улыбнуться, открыть рот,  
облизать языком верхнюю,  
затем нижнюю губу.*



## **КОМПЛЕКС ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ**

Весёлое лесное путешествие



Паровоз привез нас в лес.  
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!  
(ходьба с согнутыми в локтях руками)  
Там полным-полно чудес.  
(удивленно произносить «м-м-м» на выдохе,  
одновременно постукивая пальцами по крыльям носа)

Вот идет сердитый еж:  
П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф!  
(низко наклониться, обхватив руками грудь -  
свернувшийся в клубок ежик)  
Где же носик? Не поймешь.  
Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р!





Вот веселая пчела детям меда принесла.  
З-з-з! З-з-з!  
Села нам на локоток,  
З-з-з! З-з-з!  
Полетела на носок.  
З-з-з! З-з-з!  
(звук и взгляд направлять по тексту)

Пчёлку ослик испугал:  
Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!  
На весь лес он закричал:  
Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!  
(укрепление связок гортани, профилактика храпа)



Гуси по небу летят,  
Гуси ослику гудят:  
Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!  
Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!  
(медленная ходьба, руки-крылья  
поднимать на вдохе, опускать со звуком)

Устали? Нужно отдыхать,  
Сесть и сладко позевать.  
(дети садятся на ковер и несколько раз зевают,  
стимулируя тем самым гортанно-глоточный аппарат  
и деятельность головного мозга)