

«Грибок»

- раскрыть рот. Присосать язык к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть. Прodelать 15 раз. В отличие от упражнения "Лошадка" язык не должен отрываться от нёба.

«Качели»

- высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не закрывать. Упражнение проводится под счет взрослого 10-15 раз.

«Вкусное варенье»

- высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта. Повторить 15 раз.

«Змейка»

- рот широко открыть. Язык сильно высунуть вперед, напрячь, сделать узким. Узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать в глубь рта. Двигать языком в медленном темпе 15 раз.

«Маляр»

- высунуть язык, рот приоткрыть. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. Прodelать 10 раз, меняя направление.

«Катушка»

- кончик языка упереть в нижние передние зубы. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Широкий язык "выкатывать" вперед и убирать в глубь рта. Прodelать 15 раз.





Удачи!!!

Другие упражнения на сайте <http://tenoten-deti.ru>

Занимаемся артикуляционной гимнастикой вместе с малышом



Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

-  1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.
-  2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
-  3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
-  4. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

Упражнения для губ:



«Трубочка»

- вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой (зубы тоже должны быть сомкнуты). Если у ребенка не получается это упражнение, пусть попробует дотянуться губами до конфеты или взять ее



«Бублик»

- губы округлить (шепотом произнести звук о) и немного вытянуть вперед. Упражнение делается без напряжения, одними губами. Рот приоткрыт, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.



«Заборчик»

- улыбнуться без напряжения, обнажая передние верхние и нижние зубы. (Чтобы показать ребенку, как это сделать, надо про себя произнести звук и).



«Лопаточка»

- широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10-15 секунд.

Упражнения для языка:



«Чашечка»

- широко открыть рот и положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу. Приподнять края языка, не касаясь верхних зубов. Удерживать язык в таком положении 10-15 секунд.



«Иголочка»

- рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, напрячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении 15 секунд.



«Трубочка»

- высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10-15 раз.



«Часики»

- высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к правому уху, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счет взрослого. Прodelать 15-20 раз.



«Лошадка»

- присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку. Прodelать 10-15 раз.

«Косарь»



Ребёнок стоит, ноги на ширине плеч, руки опущены, машет обеими руками вправо и слегка назад: **«зз-уу»**, возвращается в исходное положение - вдох, машет руками влево и слегка назад: **«зз-уу»**

«Косарь идёт косить жнивье: **зу-зу, зу-зу, зу-зу**, идёт со мной косить вдвоём: **зу-зу, зу-зу, зу-зу**, замах направо, а потом налево мы махнём, и так мы справимся с жнивьем, **зу-зу, зу-зу** вдвоём».

«Игра «булькиние»»



Малыш сидит, перед ним - стакан (или бутылочка) с водой, в котором - соломинка для коктейля, научите ребёнка, как нужно дуть в стакан через соломинку, чтобы за один выдох получилось долгое булькание, вдох - носом, выдох - в трубочку: «буль-буль-буль».

Игра «мыльные пузыри»

Эта забава известна всем, научите малыша пускать мыльные пузыри: вдох - носом, а выдох через сложенные в трубочку губы, длинный и мягкий, тогда пузырь получится большой и красивый.

Кроме того, для развития длительного, плавного речевого выдоха рекомендуется предлагать детям говорить на одном выдохе, постепенно увеличивая число слов (порядковый счет с загибанием пальцев, перечисление чего-либо). Упражнение проводится в форме игры «Кто больше скажет без передышки?»

Удачи!!!

Другие упражнения на сайте <http://tenoten-deti.ru>

Занимаемся дыхательной гимнастикой с малышом



Советы родителям:

Во избежание головокружений продолжительность дыхательных упражнений должна ограничиваться 3-5 минутами. Во время гимнастики должно соблюдаться правило: вдох совпадает с расширением грудной клетки, выдох - с сужением ее.

Для развития дыхания ребенка пользуются дыхательными играми:



Сдувать снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки;



Дуть на легкие шарики, карандаши и катать их по столу; приводить дутьем в движение плавающих в тазике уток, лебедей, кораблики и другие фигурки, всевозможные вертушки, бумажные колпачки и ватные шарики, подвешенные на натянутой горизонтально нитке; сдувать тычинки созревших одуванчиков;



Надувать надувные игрушки и воздушные шарики; особенно полезно пускать мыльные пузыри - это формирует очень тонкое регулирование выдоха;



Поддувать вверх пушинку, ватку, бумажку, мыльный пузырь.

Дыхательные упражнения:

«Загнать мяч в ворота»



1. Вытянуть губы вперед трубочкой и плавно дуть на ватный или поролоновый шарик (диаметром 2-3см), лежащий на столе перед ребенком, загоняя его между двумя кубиками или любыми другими подходящими предметами (это «футбольные ворота»).

2. То же, но дуть следует резкой, отрывистой воздушной струей. Загонять шарик надо на одном выдохе, не прерывая воздушную струю. Обращайте внимание, чтобы не надувались щеки. При необходимости их слегка можно придерживать пальцами.

«Загнать мяч подальше»



1. Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу («Лопаточка») и плавно, со звуком **ф**, сдуть ватку на противоположный край стола.

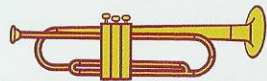
2. То же, но дуть следует резкой, отрывистой струей. Загонять шарик надо на одном выдохе, не прерывая воздушную струю. Обращайте внимание, чтобы не надувались щеки. Следить, чтобы ребенок произносил звук **ф**, а не **х**, т. е., чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

«Фокус»



Улыбнуться, приоткрыв рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты к верхней губе, а посередине языка была щель-желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх. Необходимо следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.

«Трубочка»



Ребёнок стоит или сидит, руки согнуты, кисти сжаты, как бы удерживая трубу, произносит: **тру-ру-ру, бу-бу-бу**, подудим в свою трубу.

«Надуй шарик»



Ребёнок сидит или стоит, при команде «надуй шарик» - широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух- **ффф**, при словах «шарик лопнул» - хлопнет в ладоши; «из шарика выходит воздух»- малыш произносит: «**шшш**», делая губы хоботком и опуская руки.

«Жук»



Малыш стоит или сидит, скрестив руки на груди, разводит руки в стороны, поднимает голову - вдох, скрещивает руки на груди, опускает голову - выдох, можно поддерживать интерес ребенка стихотворной строкой: **жу-у** - сказал крылатый жук, посижу и поужужу.

«Подуем на плечо»



Ребёнок стоит, ноги слегка расставлены, руки опущены, поворачивает голову направо и, сделав губу трубочкой, дует на плечо, голова прямо - вдох носом, голову влево - выдох, голова прямо - вдох (подуем на плечо, подуем на другое, на солнце горячо пекло дневной порой), Опускает голову, подбородком касаясь груди, снова делает спокойный выдох, голова прямо - вдох носом, поднимает лицо кверху- выдох через губы, сложенные трубочкой («подуем на живот, как трубка, станет рот, ну а теперь - на облака и остановимся пока»).

«Подуй на одуванчик»

Малыш стоит или сидит, делает глубокий вдох носом, затем - длинный выдох, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.

«Подуй на одуванчик,
как дует этот мальчик,
подуй, подуй сильнее
и станешь здоровее».

В стихах:



Мышка

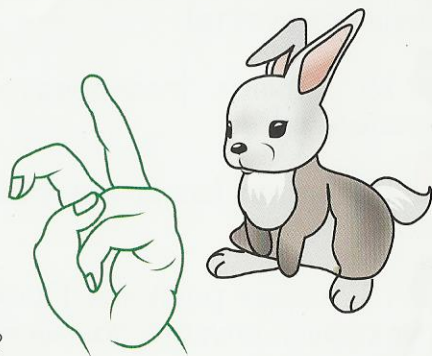
Серенький комок сидит
И бумажкой все шуршит.

Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному пальцам.

Зайка и ушки

Ушки длинные у зайки,
Из кустов они торчат.
Он и прыгает и скачет,
Веселит своих зайчат.

Пальчики в кулачок. Выставить вверх указательный и средний пальцы. Ими шевелить в стороны.



Домик

Дом стоит с трубой и крышей,
На балкон гулять я вышел.

Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).



Удачи!!!

Другие упражнения на сайте <http://tenoten-deti.ru>

Занимаемся пальчиковой гимнастикой вместе с малышом


























Рекомендации для родителей:

Развивая пальчики ребенка, вы тем самым помогаете ему быстрее и успешнее овладеть речью. Помочь в этом деле могут всевозможные конструкторы, мозаики, головоломки, пазлы, изготовление аппликаций, бисероплетение и, конечно же, специальные упражнения для пальцев.

Сначала все упражнения выполняются неспеша. Поправьте ребенка, если он затрудняется выполнить требуемое движение или делает его не совсем правильно. Можно даже взять его руку в свою и действовать совместно.

Упражнения для развития мелкой моторики рук:

-  1. Ладони на столе (на счет "раз-два" пальцы врозь-вместе.)
-  2. Ладонка-кулачок-ребро (на счет "раз-два-три").
-  3. Пальчики здороваются (на счет "раз-два-три-четыре-пять" соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.)
-  4. Человечек (указательный и средний палец правой, а потом левой руки бегают по столу).
-  5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).
-  6. Коза (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).
-  7. Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).
-  8. Очки (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
-  9. Зайцы (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, мизинец, большой и безымянный пальцы соединить).
-  10. Деревья (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы)
-  11. Лиса и заяц (лиса "крадется" - все пальцы медленно шагают по столу вперед; заяц "убегает" - быстро пальцы движутся назад.)
-  12. Паук (пальцы согнуты, медленно перебираются по столу).

-  13. Бабочка (ладони соединить тыльной стороной и помахать пальцами, плотно сжатыми вместе).
-  14. Счет до четырех (большой палец соединяется поочередно со всеми остальными).
-  15. Флажок (большой палец вытянут вверх, остальные соединить вместе).
-  16. Птички (поочередно большой палец соединяется с остальными).
-  17. Гнездо (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).
-  18. Корни растения (прижать корни-руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).
-  19. Пчела (указательным пальцем правой, а затем левой руки вращать вокруг).
-  20. Пчелы (то же упражнение выполняется двумя руками).
-  21. Лодочка (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв их).
-  22. Солнечные лучики (скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы).
-  23. Пассажиры (скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук - вверх, большие пальцы вытянуты вверх.)