

Консультация для родителей "Использование дыхательной и артикуляционной гимнастики с детьми в домашних условиях "

Добрый день, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о важности использования дыхательной и артикуляционной гимнастики с детьми в домашних условиях.

Дыхательная гимнастика - это комплекс упражнений, направленных на развитие дыхательной системы ребенка. Она помогает улучшить вентиляцию легких, увеличить объем вдоха и выдоха, а также укрепить дыхательные мышцы. Это особенно важно для детей с нарушениями речи, так как правильное дыхание является основой для произношения звуков.

Артикуляционная гимнастика - это комплекс упражнений, направленных на развитие мышц артикуляционного аппарата. Она помогает улучшить подвижность языка, губ, щек и других органов речи, что способствует более четкому и правильному произношению звуков.

Рекомендации по проведению дыхательных упражнений и артикуляционной гимнастики:

1 Проводить артикуляционную гимнастику и дыхательные упражнения нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.

Лучше выполнять упражнения 2 раза в день утром и вечером, по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 3-4 упражнений за один раз.

2 Каждое упражнение выполняется по 4-5 раз.

3 Статические упражнения выполняются по 5-10 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении). 4 Артикуляционную гимнастику и упражнения для речевого дыхания

выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина и он может сделать большой забор воздуха, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

5 Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений.

Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики и дыхательных упражнений могут находиться перед настенным зеркалом, также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

Организация проведения артикуляционной гимнастики и упражнений для речевого дыхания дома.

1 Прежде чем приступить к выполнению артикуляционных упражнений, вы должны выяснить, как ваш ребёнок ориентируется в пространстве:

может ли он показать, что находится справа, слева, впереди, сзади, наверху,

внизу; различает ли он правую и левую руки. Без этого выполнение артикуляционной гимнастики и дыхательных упражнений невозможно или крайне затруднительно для ребёнка.

2 Расскажите о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

3 Покажите правильное выполнение упражнения.

4 Предложите ребенку повторить упражнение, проконтролируйте его выполнение.

5 Следите за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.

А теперь я предлагаю вам выполнить артикуляционные и дыхательные упражнения.

Поставьте перед собой зеркало. Сейчас вы сможете познакомиться с органами артикуляции так, как это делают ваши дети.

Рассматривают свои органы артикуляции и выполняют действия по тексту.

Игра «Сказочка-указочка»

(Крупенчук О.И., Воробьева Т.А.)

Не устала ты пока.

Покажи, моя рука:

Это — правая щека,

Это — левая щека.

Ты сильна, а не слаба,

Здравствуй, верхняя губа,

Здравствуй, нижняя губа,

Ты не меньше мне любя!

Есть у губ одна черта — В них улыбка заперта:

Вправо — правый угол рта,

Влево — левый угол рта.

Подбородок тянем вниз,

Чтобы с челюстью отвис.

Там — к прогулкам не привык —

Робко прячется язык.

Нёбо вместо потолка

Есть во рту у языка.

А когда открылся рот,

Язычок пошёл вперёд.

Интересная картинка:

Есть и кончик, есть и спинка,

Боковые есть края —
Всё про ротик знаю я!

Общий комплекс артикуляционной гимнастики.

“Дудочка” С напряжением вытянуть вперед губы.

“Лопатка” Приоткрыть рот, широкий, мягкий, расслабленный язык положить

“Чашечка” Приоткрыть рот, края и кончик широкого языка поднять кверху в

“Лошадка” Открыть рот, производить цоканье (щелканье) языком, касаясь

“Грибок” Широкий, плоский язык присосать к твердому небу, боковые края языка прижать к коренным зубам.

“Красим верхний заборчик” Улыбнуться, приоткрыть рот, кончиком языка с внутренней стороны “красим” верхние зубы “кисточкой” — кончиком язычка. Движения вверх-вниз и влево-вправо.

“Красим потолок” Открыть рот, кончиком языка проводить по твердому небу в направлении сзади-вперед.

Выполнение артикуляционной гимнастики не доставит вам большого труда, а ребенку принесет большую пользу, и позволит вам наблюдать за Нетрадиционные упражнения для совершенствования артикуляционной моторики.

В дополнение к общепринятым артикуляционным упражнениям я предлагаю нетрадиционные упражнения, которые носят игровой характер и вызывают положительные эмоции у детей.

Я хочу познакомить вас с различными игровыми способами укрепления артикуляционной моторики, которые можно использовать дома.

Упражнения с шариком. (Автор данной методики С.В. Коновалова)

Диаметр шарика 2 - 3 см, длина веревки 60 см, веревка продета через сквозное отверстие в шарике и завязана на узел.

1 Двигать шарик по горизонтально натянутой на пальцах обеих рук веревке языком вправо - влево.

2 Двигать шарик по вертикально натянутой веревочке вверх (вниз шарик падает произвольно).

3 Толкать языком шарик вверх-вниз, веревка натянута горизонтально.

4 Крутить шарик ладательными движениями языка.

5 Язык - "Чашечка", цель - поймать шарик в "Чашечку".

6 Ловить шарик губами, с силой выталкивать, "выплюывая" его.

7 Поймать шарик губами.

8 Рассказывать скороговорки с шариком во рту, держа руками веревочку.

Примечание. Во время работы взрослый удерживает веревку в руке. Шарик с веревочкой после каждого занятия тщательно промывать теплой водой с детским мылом и просушивать салфеткой. Шарик должен быть строго индивидуальным.

Упражнения с ложкой

- 1 Язык – «Лопаточка». Похлопывать выпуклой частью чайной ложки по языку.
- 2 Толчками надавливать краем ложки на расслабленный язык.
- 3 Ложку перед губами, сложенными трубочкой, выпуклой стороной плотно прижать к губам и совершать круговые движения по часовой и против часовой стрелки.
4. Губы растянуты в улыбку. Выпуклой частью чайной ложки совершать круговые движения вокруг губ по часовой стрелке и против.
- 5 Взять по чайной ложечке в совершать легкие похлопывающие движения по щекам снизу-вверх и сверху вниз.
- 6 Круговые движения чайными ложками по щекам (от носа к ушам и обратно).
- 7 Похлопывание чайными ложками по щекам обеими руками одновременно от углов растянутого в улыбке рта к вискам и обратно.

Упражнения на развитие речевого дыхания с ватными шариками, бутылочками и свечками.

«Воздушный футбол».

Вытянуть губы вперёд «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками. Варианты зависят от вашей фантазии. Можно предложить ребёнку подуть на вертушку, мелкие игрушки, которые легко катятся по столу, ватку (сдуть с ладошки).

«Поющая бутылочка».

Направленная воздушная струя хорошо вырабатывается, если предложить ребёнку подуть в небольшую чистую бутылочку (из-под капель). При точном попадании воздушной струи в бутылочку раздаётся своеобразный гудящий или свистящий звук («гудит пароход»). Это очень нравится детям.

Обратите внимание!

- 1 Следите за тем, чтобы не надувались щёки. Для этого их можно слегка придерживать пальцами.
- 2 Загонять шарик нужно на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

«Свеча».

Купите небольшие разноцветные свечи и поиграйте с ними. Вы зажигаете свечи и просите ребенка подуть на синюю свечу, затем на желтую свечу и т.д. Дуть нужно медленно, вдох не должен быть шумным, нельзя надувать щеки. Сначала свечу можно поднести поближе к ребенку, затем постепенно удалять

ее.

«Фокус».

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос.

Усложнение:

На кончик носа прикрепить кусочек кальки, ватки (1,5 см x 1,5 см) и сдуть его, при правильной воздушной струе он летит вверх. Чтобы калька легко прикрепилась к носу, нужно её слегка увлажнить (провести по кончику языка ребёнка).

Обратите внимание!

1 Нижние зубы не «подсаживают» язык вверх.

2 Не сжимать язык зубами.

3. Выдох плавный, длительный. Данное упражнение тренирует выдох, необходимый для произношения шипящих звуков.

Помните, что дыхательная и артикуляционная гимнастика должна проводиться регулярно, несколько раз в день, чтобы достичь наилучших результатов. Также не забывайте хвалить ребенка за его старания и успехи.

Надеюсь, эти упражнения помогут вашему ребенку улучшить дыхание и произношение звуков. Если у вас возникнут вопросы, не стесняйтесь обращаться к логопеду или дефектологу.

Спасибо за внимание!