

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

**Мастер- класс для родителей воспитанников
старшей группы
«Артикуляционная и дыхательная гимнастика»**

Семернина Наталья Игоревна
учитель-логопед
355012, г. Ставрополь,
ул. Добролюбова, 33 А
(8652) 26-58-71,
E-mail: sad.feя49@mail.ru

г. Ставрополь, 2019

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

Цель: Научить родителей проводить артикуляционную и дыхательную гимнастику с детьми дома.

Оборудование: ноутбук, презентация, картинки для артикуляционной гимнастики, игрушки, зеркала, буклеты для родителей.

Ход проведения:

Логопед: здравствуйте уважаемые родители. Сегодня мы поговорим с вами об артикуляционной и дыхательной гимнастике.

Для начала, попрошу вас всех выйти из-за стола и присесть 15 раз.

Родители приседают.

Логопед: замечательно, а теперь скажите пожалуйста, кому это было легко? Кому сложнее?

Ответы родителей

Логопед: как вы думаете, если мы будем приседать каждый день, то будут ли нам приседания даваться легче?

Ответы родителей

Логопед: вот точно также можно развить и мышцы артикуляционного аппарата. Чем более развиты и укреплены мышцы артикуляционного аппарата, тем легче и быстрее ставятся и автоматизируются звуки речи.

Артикуляционная гимнастика представляет комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц речевого аппарата.

Для каждого ребенка, в зависимости от речевого нарушения подбирается своя артикуляционная гимнастика.

Логопед: С раннего возраста ребенок проделывает массу разнообразных артикуляционно-мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно. Развитию мышц артикуляционного аппарата так же способствует питание. Мышцы артикуляционного аппарата хорошо развиваются при совершении жевательных, глотательных движениях. Поэтому в рационе ребенка должно присутствовать достаточное количество твердой пищи.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы - язык, губы, небо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических. Процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, легкие, диафрагма, межреберные мышцы). Таким образом, говоря об укреплении мышц артикуляционного аппарата, нельзя забывать и о развитии дыхания.

Поэтому сегодня мы познакомимся не только с артикуляционной гимнастикой, но и с дыхательной. Для начала, давайте познакомимся с рекомендациями по проведению артикуляционной гимнастики.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

- Артикуляционная гимнастика проводится ежедневно по 5-7 минут несколько раз в день.
- Упражнения следует выполнять перед завтраком или после ужина – спустя 1,5-2 часа.
- Выполняется артикуляционная гимнастика стоя или сидя перед зеркалом, с обязательным соблюдением правильной осанки.
- Необходимо добиваться четкого, точного, плавного выполнения движений.
- Вначале артикуляционные движения выполняются медленно, неторопливо, но постепенно, по мере овладения ими, темп артикуляционной гимнастики увеличивается.
- Комплекс артикуляционной гимнастики усложняется и расширяется за счет вновь подобранных с логопедом упражнений
- При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
- Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

- Возможно выполнение артикуляционной гимнастики под счет, под музыку, с хлопками, под стихотворное сопровождение.

Логопед: А теперь давайте возьмем зеркала и будем учить упражнения для артикуляционной гимнастики.

Родители берут зеркала и выполняют инструкции логопеда перед зеркалами. Логопед показывает на своём примере каждое упражнение, следит за правильностью выполнения упражнений родителями. Отвечает на возникающие вопросы, если таковые имеются.

- **«Лопаточка».** Широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10 — 15 с (рис.1).
- **«Чашечка».** Рот широко раскрыть. Широкий язык поднять кверху. Потянуться к верхним зубам, но не касаться их. Удерживать язык в таком положении 10 — 15 с (рис.2).
- **«Иголочка».** Рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, напрячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении 15 с (рис. 3).
- **«Горка».** Рот приоткрыть. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Кончик языка упереть в нижние передние зубы. Удерживать в таком положении 15 с (рис. 4).
- **«Трубочка».** Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10 — 15 раз (рис. 5). Каждое из перечисленных упражнений выполняется четко, медленно по 8 — 10 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 логопеда. Прodelать 15 — 20 раз (рис 6.).
- **«Лошадка».** Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку. Прodelать 10 — 15 раз (рис. 7).

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

- **«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 (рис. 7).
- **«Качели».** Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не закрывать. Упражнение проводится под счет логопеда 10 — 15 раз (рис. 8).
- **«Вкусное варенье».** Высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта. Повторить 15 раз (рис. 9).
- **«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 (рис. 10).
- **«Маляр».** Высунуть язык, рот приоткрыть. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. Прodelать 10 раз, меняя направление (рис. 11).
- **«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. В отличие от упражнения «Горка» язык в форме валика перемещается вперед-назад (рис. 12).

Логопед: Уважаемые родители, есть ли у вас какие-либо вопросы о правилах проведения артикуляционной гимнастики и об упражнениях?

Ответы на вопросы родителей.

Логопед: Теперь давайте перейдём к дыхательной гимнастике.

Дыхательная гимнастика-это не только комплекс упражнений, направленных на развитие воздушной струи и дыхания ребёнка. Дыхательная гимнастика так же направлена на общее укрепление организма, координацию движений, развитие мышц рук и позвоночника.

Воздушная струя это основа звука, слога, слова и фразы. Отсутствие сильной длительной воздушной струи может сказаться не только на нарушении звукопроизношения, но и на общем звучании речи, появляется речь «взахлёб», окончания слов не проговариваются. Развитие речевого дыхания

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

— один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия на дошкольников с речевыми нарушениями.

Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

- проводить дыхательные упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке;
- коррекционно-развивающую деятельность проводить до еды;
- заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным, плавным; – необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями);
- в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота;
- дыхательные упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя;
- необходимо дышать свободно, избегая судорожности и толчков в дыхании;
- достаточно трех-пяти повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к гипервентиляции! Наступление гипервентиляции можно определить по следующим признакам: дозировать количество и темп проведения упражнений; после выдоха перед новым вдохом сделать паузу на 2–3 секунды.

Логопед: а теперь давайте попробуем на себе попробовать ряд дыхательных упражнений.

Дыхательные упражнения, направленные на выработку речевого дыхания.

- **«Загнать мяч в ворота»** (выработка длительной, направленной воздушной струи). Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, стараясь, чтобы он пролетел между двумя кубиками.
- **«Кто дальше загонит мяч»** (выработка плавной, непрерывной струи, идущей посередине языка). Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Подуть длительно так, чтобы

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №49 города Ставрополя «ФЕЯ»

воздушная струя шла посередине языка, и сдуть ватку на противоположный край стола.

- **«Фокус»**, (направление воздушной струи посередине языка). Рот приоткрыть, язык «чашечкой» выдвинуть вперед и приподнять, плавно сдуть ватку, лежащую на кончике носа, или на челочку.
- **«Быстрый самолёт»**. Взрослый рассказывает стихотворение, а ребёнок выполняет упражнение

Самолёт, самолёт	Плавный вдох через нос
Отправляется в полёт.	Плавно выдыхаем воздух ртом и продолжительно тянет «УУУУ», подражая самолёту.

Литература:

1. Земляченко М. В. Формирование речевого дыхания у дошкольников 5–7 лет с речевыми нарушениями посредством использования логопедических игр и дыхательных упражнений в системе работы «учитель-логопед — ребенок — родитель» // Молодой ученый. — 2017. — №10. — С. 421-424. — URL <https://moluch.ru/archive/144/40316/>
2. Микляева Ю.В. Логопедический массаж и гимнастика. Работа над звукопроизношением — М.: Айрис-пресс, 2010. – 115 с. — (Популярная логопедия).
3. Филичева Т. Б. и др. Основы логопедии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Педагогика и психология (дошк.)» / Т. Б. Филичева, Н. А. Чевелева, Г. В. Чиркина. — М.: Просвещение, 1989. —223 с.: ил.

➤