

Артикуляционная гимнастика

(выполняется по 5 упражнений по 2-3 раза в день)

1. Лягушка

Удерживание губ в улыбке, зубы видны, под счет до 10.

2. Хоботок

Вытягивание губ вперед длинной трубочкой под счет до 10.

3. Лягушка – Хоботок

Чередования положения губ в среднем темпе. 8 – 10 раз.

4. Помидоры - толстячки.

Надуть обе щеки, затем щеки поочередно.

5. Огурцы - худышки.

Втянуть щеки.

6. Качели

Рот открыт. Языком тянемся к носу и подбородку поочередно. 8 - 10 раз.

7. Часики.

Рот открыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком языка попеременно тянуться под счет к уголкам рта. 8 -10 раз.

8. Лопаточка.

Рот открыт. Широкий расслабленный язык лежит на нижней губе, не шевелится, под счет до 10.

9. Грибок.

Рот открыт. Язык присосать к твердому небу. Счет до 10.

10. Лошадка.

Щелкать языком в среднем темпе, громко. 8 -10 раз.

Дыхательная гимнастика

1. Бегемотик.

Лечь на спину. Руки положить на живот. Вдох носом – живот надувается как у бегемота. Выдох ртом – живот сдувается «у бегемотиков нет животиков». 5 – 6 раз.

2. Снег.

Ребенку предлагается подуть на вату, мелкие бумажки или пушинки. Губы должны быть округлены и слегка вытянуть вперед. Щёки не должны быть надутыми. 3- 4 раза.

3. Кораблики.

Наполните таз водой и научите ребенка дуть на легкие предметы, находящиеся в тазу, например кораблики (из дерева или пластмассовых яиц от киндер-сюрприза).

4. Прокати карандаш.

Положить ребристый карандаш стол. Сесть так, чтобы он был на уровне рта ребенка. Сильно подуть, чтобы карандаш укатился вперед.

5. Шарик.

В положении стоя. Вдох носом (короткий) – руки поднимаются вверх над головой. Выдох ртом (в 3 раза длиннее вдоха) – руки опускаются, шарик сдувается. 3 – 4 раза.

Кроме этого можно надувать мыльные пузыри, воздушные шары, губную гармошку и т.п.

Упражнения дыхательной гимнастики выполняются в проветренном помещении. Необходимо смотреть за осанкой, спина должна быть прямая. Выполнять только по одному упражнению за раз, но каждый день.

Пальчиковая гимнастика

1. Золушка

Попросите ребенка разделить смешанные между собой предметы, например фасоль и бусины (можно использовать любые мелкие предметы).

2. Волшебный мешочек.

Положить в небольшой мешочек маленькие игрушки (например, от киндер – сюрприза). Ребенок на ощупь (глаза закрыты) должен отгадать игрушку.

3. Художники 1.

На поднос рассыпать немного мелкой крупы (например, манной) или песка. Ребенок рисует на этом подносе пальцем по крупе или, освободив место, тонкой струйкой рисует предмет (можно буквы и цифры).

4. Художники 2.

Из мелких предметов (семена тыквы, фасоль, горох, пуговицы, бусины и т.п.) выкладывать различные предметы и даже картинки.

5. Моя семья.

Этот пальчик дедушка,	(массаж большого пальца)
Этот пальчик бабушка,	(массаж указательного пальца)
Этот пальчик папа,	(массаж среднего пальца)
Этот пальчик мама,	(массаж безымянного пальца)
Этот пальчик я,	(массаж мизинца)
Вот и вся моя семья!	(сжимаем и разжимаем пальцы)

«Чтобы ребёнок красиво говорил.

*Артикуляционная, дыхательная и
пальчиковая гимнастика»*

Учитель – логопед: Сапрыкина Е.Н.