**Артикуляционная и дыхательная гимнастика**

**как эффективное средство в коррекции звукопроизношения у детей дошкольного возраста в домашних условиях.**

**Подготовила: Муравьёва Оксана Юрьевна**  
*учитель-дефектолог*

***Любой из нас пришёл на свет на этот  
Творить добро, надеяться, любить,  
Смеяться, плакать, но при всём при этом  
Должны мы научиться ГОВОРИТЬ.***

Современная ситуация в системе образования, в которой происходят изменения, связанные с ориентацией на ценностные основания педагогического процесса, его гуманизацию и индивидуализацию в подходах к решению проблем конкретного ребёнка, побуждает педагогов и специалистов к созданию новых моделей, поиску новых форм и технологий специализированной помощи детям, имеющим проблемы в развитии, обучении, общении и поведении.

**Актуальность**данной темы заключается в том, что преодоление нарушений звукопроизношения в дошкольном возрасте имеет огромное значение в последующей жизни ребёнка. Недостатки звукопроизношения могут явиться причиной отклонений в развитии таких психических процессов, как память, мышление, воображение, а также сформировать комплекс неполноценности, выражающийся в трудности общения.

**Артикуляционная гимнастика —** это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.  
Артикуляционная гимнастика проводилась ежедневно, на занятиях логопеда и воспитателей, а также в режимные моменты, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись и становились более прочными.

* В условиях ДУ с артикуляционной гимнастики начинается каждое логопедическое занятие; сидя перед индивидуальным зеркалом, так как в таком положении у ребёнка прямая спина, он не напряжён, руки и ноги находятся в спокойном состоянии.
* Комплекс упражнений сочетает в себе статические и динамические упражнения.
* При выполнении новых упражнений обязательно закреплялись старые.
* Перед артикуляционными упражнениями использовались дыхательные, голосовые, мимические.
* Комплексы артикуляционной гимнастики, для сохранения интереса и поддержания мотивации ребёнка к занятию.

Учитывая ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста и в целях повышения интереса к выполнению артикуляционных упражнений, стремся выполнять их в игровой форме, включая в работу различные анализаторы и используя многообразие вспомогательного материала.  
Но очень полезно выполнять артикуляционную и дыхательную гимнастику в домашних условиях (как элемент перед выполнением домашнего задания логопеда по автоматизации звуков, а также подготовки артикуляционного аппарата в предверии занятий по постановке звуков).

***Артикуляционная гимнастика для дошкольников****нужна не только для преодоления речевых нарушений, она просто необходима и****для профилактики****. Ведь язык - это основная мышца органов речи, а все мышцы нуждаются в тренировке).   
 Предложенные упражнения нужно выполнять ежедневно перед зеркалом по 5-7 минут. Что бы ребёнку было более интересно делайте упражнения вместе с ним и показывайте картинки или*[*игрушки*](http://chudoshop.ru/index.php?cat=96)*для наглядности.*

**Комплекс упражнений**

**УЛЫБОЧКА**  Цель: научить ребенка удерживать губы в улыбке под счет до 10 раз, обнажая верхние и нижние зубы.

ВЫПОЛНЕНИЕ: улыбнуться, показать зубы и удерживать губы в улыбке под счет от 5 до 10 раз

**ТРУБОЧКА** Цель: выработать движение губ вперед.

ВЫПОЛНЕНИЕ: вытянуть сомкнутые губы вперед, удерживать под счет до 10 раз

**ЛОПАТКА** Цель: выработать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном состоянии.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счет от 5 до 10 раз. Боковые края должны касаться углов рта, губы не растягивать сильно в улыбку, чтобы не было напряжения

**МАССАЖ ЯЗЫКА** Цель: выработать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном состоянии.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Верхней губой похлопываем по языку: пя-пя-пя. Выполнять под счет от 10 – 15 раз. Затем верхними зубами покусываем широкий язык: тя-тя-тя. Выполнять под счет от 10 – 15 раз. Боковые края должны касаться углов рта, губы не растягивать сильно в улыбку, чтобы не было напряжения.

**ИГОЛКА** Цель: выработать умение делать язык узким.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, рот широко открыть, язык выдвинуть вперед, напрячь его, сделать узким. Удерживать позу под счет до 10 раз. Язык не должен быть зажать губами, зубами, опускаться к подбородку.

**ЧАСИКИ** Цель: выработать умение направлять язык к углам рта

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка укрепить за нижними зубами и не отрывать его от зубов, удерживать позу под счет до 10 раз.

**ГОРКА** Цель: выработать умение удерживать кончик языка за нижними зубами

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка укрепить за нижними зубами и не отрывать его от зубов, удерживать позу под счет до 10 раз.

**КИСКА СЕРДИТСЯ** Цель: выработать умение удерживать кончик языка за нижними зубами и выгибать спинку.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть в нижние зубы и, не отрывая его от зубов, выдвигать спинку языка вперед, как кошка выгибает спинку, когда сердиться

**ПАРУС** Цель: Выработать умение поднимать язык к небу и удерживать позу под счет до 10 раз

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, открыть рот, кончик языка укрепить за верхние зубы. Удерживать позу под счет до 10 раз.

**ПОЧИСТИМ ЗУБКИ** Цель: Выработать умение удерживать кончик языка за нижними и верхними зубами.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, приоткрыть рот, кончиком языка почистить нижние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону, затем также почистить верхние зубы. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык. Выполнять под счет от 10 – 15 раз.

**КАЧЕЛИ** Цель: Выработать умение чередовать положение языка вверх-вниз.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, приоткрыть рот, выдвинуть язык, поднять его вверх за верхними зубами, затем опустить вниз за нижними зубами. Чередовать положение движении языка под счет от 10 – 15 раз.

**ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ** Цель: Выработать умение поднимать широкий язык к верхней губе.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, открыть рот, широким языком облизывать верхнюю губу сверху вниз. Выполнять под счет от десяти до пятнадцати раз. Не закрывать рот, не помогать губами, удерживать язык широким.

**ЧАШЕЧКА** Цель: Выработать умение удерживать язык в форме чашечки.

ВЫПОЛНЕНИЕ: Улыбнуться, открыть рот, удерживать язык в форме чашки под счет от пяти до десяти раз. Рот не закрывать, следить за губами в форме улыбки.

***I.* *Игры и упражнения***

***на развитие речевого дыхания*** ***без участия речи***

**Цель.** Развитие длительного, плавного выдоха, активизация мышц губ.

1. *«Цветочек».* Сделать вдох и задер­жать дыхание, понюхать цветочек (вдох­нуть аромат).
2. *«Одуванчик»* (проводится на свежем воздухе). Сорвать одуванчик, подуть на него так, чтобы с первого-третьего раза слетели все пушинки.
3. *«Узнай по запаху».* Узнать яблоко, сок, одеколон и т.п. по запаху сначала с откры­тыми глазами, потом с закрытыми.

*4. «Свеча» («Задуй свечу»).* Сделать вдох. По сигналу «Тихий ветерок» медленно выдохнуть на пламя свечи, так чтобы оно отклонялось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветер» задуть свечу резким выдохом.

Вместо настоящей свечи можно предложить макет свечи с «огоньком» из тонкой красной бумаги, фонарик, настольную лампу (дети дуют, логопед гасит лампу), макет дома с «включенным светом в ок­нах» (дети дуют - «свет гаснет»).

1. *«Костер».* Логопед кладет перед детьми картинку (или макет) костра из поло­сок тонкой бумаги. Детям предлагается «раздуть угасающий костер», вдыхая через нос и медленно выдыхая через рот.
2. *«Чей пароход (паровоз) дольше гудит?».* Каждому ребенку дать чистый пузырек (колпачок от фломастера, шприца и т.п.). Чтобы он загудел, нижней губой надо слегка коснуться края пузырька. Струя должна быть сильной. Дуть несколько секунд.
3. *«Не разбуди игрушку».* Дети двигаются спокойным шагом под музыку в четырехдольном размере. На первую-вторую доли - два коротких шага и вдох носом, на третью-четвертую доли - остановка и долгий выдох.
4. *«Погрей руки».* Дети вдыхают через нос и дуют на «озябшие» руки, плавно вы­дыхая через рот.
5. *«Султанчик».* Детям предлагается долго дуть на султанчик из полосок бумаги или цветных перьев на палочке, на цветные метелочки, на хвосты у птичек или лошадок, на плавники у рыбок, на «хвостики» у девочек и т.п.
6. *«Листья шелестят».* Детям предлагают полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листиков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «Подул ветерок» дети плавно дуют на листики, так чтобы они отклонялись и шелестели.
7. *«Флажок».* Детям предлагается подуть на флажок сначала из тонкой цветной бумаги, а затем из более плотной.
8. *«Чья птичка дальше улетит?».* Фигурки птичек из тонкой бумаги ставят у самого края стола. Двое детей садятся - каждый напротив своей птички - и по сигналу дуют на нее. Продвигать птичек нужно на одном выдохе. Остальные дети следят: чья птичка дальше улетит (проскользит по столу)?

*13. «Покатай карандаш».* Детям предла­гают вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по гладкой поверхности круглый карандаш (шарик из ваты или фольги, колпачок от шприца, катушку от ниток и т.п.).

*14. «Трубочка».* Детям предлагают подуть через короткую трубочку на мелко нарезанные кусочки бумаги, шарики из ваты или фольги и т.п., покатать катушку от ниток, колпачок от шприца и другие предметы, дуя на них через трубочку. Задание усложняется путем увеличения расстояния от трубочки до предмета.

*15. «Бурлящая вода».* Детям предлагается подуть в бутылку с водой через трубочку. Выдох должен быть ровный и длительный - тогда вода будет долго и равномерно бурлить.

1. *«Пускание мыльных пузырей».* Чей пузырь будет летать дольше?
2. *«Снежинки летят».* На ниточки прикрепляются вырезанные из тонкой бумаги снежинки (бабочки, птички, перышки, бусинки, кусочки ваты, мелкие игрушки, фигурки акробатов и т.п.). По сигналу «Снежинки летят» детям предлагается длительно подуть на них. Под влиянием сильного выдоха снежинки «догоняют» друг друга.
3. *«Бабочки».* Перед детьми раскладывают «зеленые полянки» с разноцветными бабочками, вырезанными из тонкой бумаги. Бабочки тонкими нитками прикреплены к «полянке». Дуть на бабочку можно только на одном выдохе. По сигналу «Красная бабочка полетела» дети дуют на бабочек красного цвета и т.д.
4. *«Кто спрятался за занавеской?».* Детям предлагается долго дуть на «занавеску» из тонкой бумаги, прикрепленную к стойке, - открыть занавеску и посмотреть, кто за ней спрятался.

*20. «Кто забьет больше голов?».* Дети задувают мячи - шарики из ваты (фольги) - в футбольные ворота.

*21. «Загони машину в гараж».* Через короткую трубочку дети задувают бумажные машины в гаражи.