

## Артикуляционная гимнастика для детей 2-3 лет



Артикуляционная гимнастика – комплекс специальных упражнений, помогающих развивать мышцы речевого аппарата. Вводить занятия можно начиная с 2 лет, когда у ребенка возникает потребность в общении, обогащении словарного запаса. Проводить гимнастику в силу возрастных особенностей малыша и привязанности к маме лучше в домашних условиях.

Упражнения для детей 2-3 лет легки в воспроизведении, превращают занятия в игровую деятельность. Ребенок будет увлеченно выполнять действия, если подключить к процессу тренировки артикуляции музыку, актерское мастерство родителя, детские стихи и потешки.

Артикуляционная гимнастика для детей 2-3 лет необходима, так как укрепляет мышцы, стимулирует полноценные, правильные движения основными органами, участвующими в говорении (губы, язык, челюсти).

Неверно мнение, что занятия нужны только детям с нарушениями в речи. В возрасте 2 лет начинается активное пополнение словарного запаса малыша. Он учится воспроизводить новые звуки, слова. Двух- или трехлетний кроха не может произносить правильно некоторые звуки (р, л, щ, ш), что является нормой.

Систематическая артикуляционная гимнастика помогает малышу раньше освоить сложные звуки, слова, стимулирует говорение.

Цель упражнений на развитие артикуляции: усилить кровообращение в органах, участвующих в говорении; тренировать четкость произношения звуков; развивать гибкость языка, губ, щек, челюстей; подготовить артикуляционный аппарат к произношению отдельных, сложных звуков; обогатить словарный запас детей и кругозор.

Если малыш не умеет говорить в 2 года, артикуляционные занятия в игровой форме необходимы ему для стимулирования говорения. К трем годам кроха должен овладеть словарным запасом до 700-1000 слов.

### **Правила проведения гимнастики:**

Чтобы упражнения принесли пользу малышу, следует подготовиться к ним. Выполнять задания будет легче и интереснее перед зеркалом. Ребенок смотрит в него, следит за движением язычка, губ, челюстей, щек. Говорить и показывать задания следует медленно, чуть протяжнее, чем в обычной жизни. Крохе на третьем году жизни сложно точь-в-точь сразу повторить за взрослым движения. Демонстрировать каждое задание необходимо 2-3 раза, затем выполнить упражнение несколько раз вместе с малышом и только после, дать малышу возможность попробовать самостоятельно выполнить упражнение. Существуют основные правила, которых нужно придерживаться при проведении артикуляционной гимнастики:

- ❖ Проводить занятия следует регулярно. Детям в 2 года можно заниматься через день, в 3 года – ежедневно. Малыш должен выполнять движения медленно, при достижении хорошего результата можно повышать ритм. Каждое упражнение желательно повторять 3-5 раз.
- ❖ Средняя продолжительность речевой гимнастики 10 минут.
- ❖ Проводить занятия нужно через полтора часа после еды или до приема пищи.
- ❖ Удерживать позу нужно на протяжении 5-10 секунд. В 2 года время удержания артикуляционной позы меньше, к 3 годам повышается.
- ❖ Родителям следует завести специальный артикуляционный дневник. Во время занятий в него записывают, на что обратить внимание во время следующей гимнастики. Если возникают какие-то вопросы по речи ребенка, можно будет проконсультироваться с логопедом, показать ему дневник.
- ❖ Обязательно хвалить за успехи, стимулируя к активной деятельности. Если малыш устал, нужно делать перерыв, смену деятельности. Можно рассказать ему стих, потанцевать, поиграть пальчиками.

## Комплекс упражнений по артикуляционной гимнастике

Артикуляционную гимнастику интереснее проводить в виде сказки:

Язык в ротике живет.

Никогда не устает.

Чтоб он ловким был, умелым.

Чтобы слушался тебя.

Каждый день зарядку делай.

Перед зеркалом, шутя!

В зоопарк пойдем сейчас.

Посмотреть, кто встретит нас.

За воротами зоопарка — пруд. А там - **Бегемотик!**

Бегемотик рот открыл.

Подержал. Потом закрыл.

Подразним мы бегемота —

Подшутить над ним охота.

### Описание

*Учимся широко и спокойно открывать и закрывать рот.*

*Даём ребенку время для отдыха и расслабления. Повторяем упражнение 3-5 раз.*



Подбежал к нам **щенок**, хвостиком махая.

Улыбается щенок.

Зубки напоказ.

Я бы точно также смог.

Вот, смотри. Сейчас!

### Описание

*Широко разводим уголки губ, обнажив сжатые зубы.*

*Возвращаем губы в спокойное положение. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Повторяем упражнение 3-4 раза.*



Мы пошли гулять по зоопарку дальше. Видим, **слоник!**

Хоботок слоненок тянет  
Он вот-вот банан достанет.  
Губки в трубочку сложи.  
И, слоненку покажи.

**Описание**

*Вытягиваем губы вперед, как для поцелуя, держим в таком положении 3-5 секунд. Возвращаем губы в спокойное положение. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Повторяем упражнение 3—4 раза.*

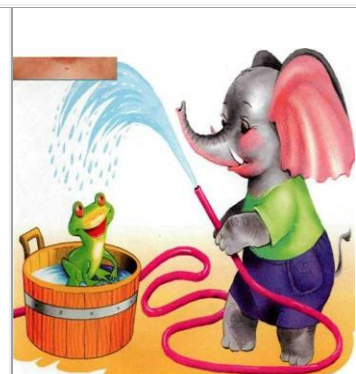


Мы пошли гулять по зоопарку дальше. Видим - **лягушка!**

Раз — лягушка с толстым брюшком.  
Два — большой и добрый слон.  
Ежедневно на опушке.  
Посадив ее в кадучку.  
Как под душем ту лягушку.  
Поливал из шланга он.

**Описание**

*На «раз» — губы растянуть в улыбке, зубы заборчиком. На счет «два» — губы складываются трубочкой, зубы в прежнем положении. Выполнять 5-7 раз. Тем самым мы вырабатываем подвижность губ.*



Рядом со слоненком домик **хомячка.**

Хомячок надует щечки.  
У него зерно в мешочках.  
Мы надуем щечки тоже.  
Хомячку сейчас поможем.

**Описание**

*Предлагаем малышу надуть щеки при закрытом рте и поддержать в таком положении 3—5 секунд, а потом выдохнуть, расслабиться. Повторяем упражнение 3—4 раза.*



Наш **щеночек** чуть-чуть устал, ушки свесил.

Устала собачка и дышит устало.  
И даже за кошкой бегать не стала.  
Широкий язык отдохнет, полежит.  
И снова собачка за кошкой бежит.

**Описание**

*Широко открываем рот. Кладем мягкий спокойный язычок на нижнюю губу. Задерживаем на 3—5 секунд. Убираем язычок. Повторяем упражнение 3—4 раза.*



А **котята** у березы, молоко лакают.

Котята любят молоко:  
Нальешь — и нет ни капли вмиг.  
Лакают быстро и легко,  
«Лопаткой» высунув язык.

**Описание**

*Широко открываем рот, делаем 4—5 движений широким языком, как бы лакая молоко. Закрываем рот. Убираем язычок. Повторяем упражнение 3—4 раза.*



Давай зайдём на детскую площадку и покачаемся на **качелях**.

Выше дуба, выше ели.  
На качелях мы взлетели.  
А скажите, вы б сумели  
Язычком «качать качели»?

**Описание**

*Широко открываем рот, кладем на нижнюю губу спокойный расслабленный язык, переводим его на верхнюю губу, возвращаем на нижнюю, снова поднимаем на верхнюю. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Повторяем упражнение 3—4 раза.*



Время быстро очень мчало. Мы часов не замечали.

Язык, как маятник часов.  
Качаться вновь и вновь готов.  
Котенок улыбается.  
Он, как и ты, старается.

**Описание**

*Открываем рот. Растягиваем губы в улыбку, вытягиваем язык, напрягаем его, касаемся острым кончиком языка то левого, то правого уголков губ. Следим, чтобы язык двигался по воздуху, а не по нижней губе, чтобы не качалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Повторяем упражнение 3—4 раза.*



Мы пришли к вольеру **мишки**.

Знает это весь народ.  
Любит мишка вкусный мед.  
Язычком губу оближет.  
И подсядет к меду ближе.

**Описание**

*Широко открываем рот, острым кончиком языка проводим по*



верхней губе слева направо и обратно. Следим за тем, чтобы не двигалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Повторяем упражнение 3—4 раза.

Мы пошли дальше и зашли на **мостик**.

Выгни язычок, как спинку.  
Выгнул этот рыжий кот.  
Ну-ка, рассмотри картинку.  
Он по мостику идет.

#### Описание

Открываем рот. Выгнув спинку языка, упираем его кончик в нижние зубы изнутри рта. Удерживаем в таком положении 3—5 секунд. Повторяем упражнение 3—4 раза.



На дорожке лежит шланг. Вдруг шланг, зашевелился. Тут мы увидели, что это была... **змея!** Давай изобразим змею!

Подражаем мы змее.  
С ней мы будем наравне.  
Высунем язык и спрячем.  
Только так, а не иначе.

#### Описание

Рот открыт. Язык высунуть вперед как можно дальше, напрячь и сделать узким. Узкий язык максимально выдвигать и убирать вглубь рта, рот остаётся открытым. Движения делать в медленном темпе. Выполнять 5-6 раз.



Так проходит час, другой.  
Язычку пора домой!

*Уважаемые родители, бабушки и дедушки! Наберитесь терпения. Ведь выполняя артикуляционные упражнения, ребенку порой бывает очень трудно. Больше похвалы и поощрения, ведь в этом залог успеха!*