

**Комплекс упражнений для активизации речевого дыхания, активизации  
мышц языка, губ, мимики**  
*Консультация для родителей*



**Уважаемые родители!**

Ежедневные методические рекомендации обязательны в логопедической группе. Без вашей помощи логопед не сможет решить коррекционных и развивающих задач, не преодолеет отставания в речевом и общем развитии ребёнка.

Необходимо следить за речевым дыханием ребёнка как базой для правильного развития речи. С детьми дошкольного возраста полезно проводить ежедневно следующие игры:

1. Дуть на лёгкие шарики, карандаши, катать их по столу, пускать в тазу с водой уточек, лодки, кораблики, играть на духовых музыкальных инструментах.

2. Дуть на привязанные к натянутой ниточке снежинки, лёгких разноцветных птичек. Сдувать с руки пушинки.

3. Дуть вверх, не давая упасть вниз пушинке, мыльному пузырю.

**«Вьюга»** - ребенок изображает вьюгу, воющую в ненастный вечер. По сигналу взрослого «Вьюга начинается» тихо произносит: у- у - у; по сигналу «Сильная вьюга» громко произносит: у – у – у; по сигналу «Вьюга затихает» произносит тише, по сигналу «Вьюга затихла» - замолкает.

**«Гудок»** - ребенок поднимает руки через стороны вверх, прикасается ладонями, но не производит хлопка. Затем медленно опускает через стороны вниз. Одновременно с опусканием рук произносит звук (у) сначала громко, а затем постепенно всё тише и тише.

**«Кто кого»** - По сигналу ребенок и родитель одновременно начинают протяжно произносить сначала тихо, а затем громко гласные звуки. Кто дольше другого тянет звук, тот выигрывает.

**«Буря в стакане воды»** - Наполняем стакан водой, опускаем коктейльную трубочку, дуем с силой так, чтобы образовались пузыри.

**«Фокус»** - Улыбнуться, приоткрыть рот, приблизить широкий кончик языка к верхней губе и сдуть ватку с кончика носа. Воздух должен идти посередине языка, а ватка лететь прямо вверх. Нижней челюстью не помогать. Для игры соревнования вызываются два ребёнка. Выигрывает тот, кто верно выполнит все условия игры и у кого ватка взлетит выше.

**Комплекс упражнений для активизации мышц языка:**

**Толстячки – худышки»** - Рот закрыт. Губы сомкнуты. Ребёнок поочередно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении по 3 – 5 секунд.

**Ступеньки»** - Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести чашечку на верхние зубы, а затем – за верхние зубы. Сохраняем «чашечку», плавно переводя язык из одной позиции в другую и удерживая в каждом положении.

**Не разбей чашечку»** - Придать языку форму «чашечки» и двигать его: выдвигать вперёд и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3 – 5 секунд, не разрушая чашечки.

**Кучер»** - Сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют, и слышен характерный звук.

### ***Гимнастика и массаж губ***

Необходимым условием успешности развития артикуляторной моторики является уточнение кинестетических ощущений положения и движения губ и нижней челюсти.

Рекомендуемые упражнения

1. Удерживание губами различного рода пластмассовых и деревянных трубочек постепенно уменьшающегося диаметра.
2. Смыкание губ (обычное, плотное, очень плотное).
3. Смыкание и размыкание губ при закрытом и открытом рте.
4. Медленное вытягивание губ «хоботком» и такое же медленное возвращение в исходное положение.
5. Вращательные движения губ «хоботком».
6. Движения губ «хоботком» влево и вправо.
7. Мгновенное смыкание губ с разрывом типа «поцелуй».
8. Имитация полоскания зубов.
9. Присосать верхнюю губу, захватить её нижними зубами и несколько раз таким образом почмокать.
10. Присосать нижнюю губу, точно так же захватив её верхними зубами, так же почмокать несколько раз.
11. Сделать губы «Бутончиком» и, не размыкая, «пожевать» их несколько раз.
12. Сомкнуть губы, затем резко создать разрежение в ротовой полости и так же резко разомкнуть их – получится громкий хлопок.
13. Поочерёдное поднятие и опускание верхней и нижней губ.
14. Вибрация губ (фырканье лошади).

### ***Мимическая гимнастика для детей***

С целью развития лицевых мышц рекомендуется имитация мимических движений с использованием картинок.

1. Высоко поднять брови – «Мы умеем удивляться».
2. Нахмурить брови (следить, чтобы губы не участвовали в движении) – «Мы умеем сердиться».
3. Широко раскрыть глаза – «Мы испугались».
4. Улыбнуться одними губами так, чтобы зубы не были видны (следить, чтобы глаза не улыбались).

5. Улыбнуться одним углом рта, стараться, чтобы уголок губ «смотрел» на ухо.
6. Улыбнуться другим углом.
7. Повторить движения поочередно.
8. Закрыть один глаз, затем другой. Поочередно закрывать глаза – «Мы подмигиваем».
9. Сильно надуть щёки, выпустить воздух. Поочередно надувать щёки, перегоняя воздух из одной щеки в другую.
10. Сомкнутые губы вытянуть вперёд в «трубочку», затем улыбнуться как в упражнении 4. Чередовать эти движения.
11. Открывать и закрывать рот. Удерживать открытый рот под счёт 1 – 5.
12. «Пила»: положить руку на подбородок, движения нижней челюсти вправо, влево. Следить, чтобы при этом не поворачивалась голова.
13. Двигать нижней челюстью вперёд – назад, вверх – вниз.
14. Раздуть ноздри – «Мы нюхаем».
15. Сузить глаза.
16. Поднимать верхние губы на улыбке, сморщивая нос (презрение).
17. Оттягивать нижнюю губу вниз (отвращение).