

Родительский клуб  
«Компетентные родители»

# Артикуляционная гимнастика для детей от 1 до 3 лет: особенности и техника проведения

**Кобзева Т. А.**  
Учитель-логопед

# Что такое артикуляционная гимнастика?

**Артикуляционная гимнастика** – это совокупность специальных упражнений, направленных на развитие силы, подвижности и укрепление мышц речевого аппарата.

## **Задачи артикуляционной гимнастики:**

- Активизация мышц артикуляционного аппарата.
- Увеличение подвижности мышц, объема выполняемых движений, быстроту переключения с одного движения на другое.
- Улучшение кровоснабжения артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость).

## **Виды артикуляционной гимнастики:**

- *пассивная* (взрослый выполняет движения за ребенка) и
- *активная* (ребенок самостоятельно выполняет упражнения).

# Особенности проведения артикуляционной гимнастики с малышами

- Артикуляционная гимнастика проводится с обязательным участием взрослого в непринужденной игровой форме (применение наглядности, речевого сопровождения).
- Прежде чем начать занятия, лучше познакомить ребёнка с названиями артикуляционных органов («Сказка о язычке»).
- Начинать необходимо с простых упражнений, со временем постепенно усложняя.
- Артикуляционные упражнения выполняются ежедневно, сидя перед зеркалом.
- За один раз можно делать не более 5 упражнений по 3-4 раза каждое.

## «Сказка о язычке» (вариант)

*Жил-был язычок (упр. «Лопаточка»).*

*Язычок жил в домике (упр. «Бегемот»).*

*Возле дома стоял забор (упр. «Заборчик»).*

*Утром язычок просыпался и выглядывал из дома, смотрел по сторонам (упр. «Часики»).*

*Потом шёл чистить зубы (упр. «Чистим зубы»).*

*На завтрак язычок пил чай с вареньем (упр. «Вкусное варенье»).*

*А потом шёл кататься на лошадке (упр. «Лошадка»).*

# Упражнения для развития дыхания

- «Летит пух или снежинка» (дуть на ватку)
- «Упрямая свеча» (задуть свечу)
- «Буря» (дуть в воду через коктейльную трубочку)
- Надувать мыльные пузыри



# Основные упражнения в стихотворном сопровождении

## **«Бегемот»**

(Широко открыть рот, удержать и закрыть)

*Петь задумал бегемот  
И открыл огромный рот.*

## **«Трубочка»**

(Вытянуть губы трубочкой и произнести «у-у-у» («ду-ду»))

## **«Улыбочка»**

(Улыбнуться, не показывая зубы)

*Мы с мамой обнимаемся,  
Друг другу улыбаемся.*

## **«Шарик»**

(Надуть обе щеки и подержать, затем «лопнуть»)

*У меня есть шар воздушный  
Яркий, легкий и послушный.*

## **«Вкусное варенье»**

(Облизать языком губы)

*Съели вкусное варенье  
И попили чай с печеньем.*

# Основные упражнения в стихотворном сопровождении

## «Заборчик»

(Улыбнуться, с напряжением обнажив зубы)

*Вышли мы гулять во двор  
И увидели забор.*

## «Лошадка»

(Поцокать языком)

*«Но!» – сказали мы лошадке  
И помчались без оглядки.*

## «Часики»

(Высунуть язык и покачать влево-вправо)

*Шепчут часики вот так:  
«ТИК-ТАК, ТИК-ТАК».*

## «Чистим зубы»

(Языком погладить то верхние, то нижние зубы)

*Мальчики и девочки утром две  
минутки*

*Чистят себе зубки.*

## «Лопаточка»

(Положить расслабленный язык на нижнюю губу и удерживать)

*Лопата землю копала, копала.  
Потом улеглась, потому что  
устала.*

Не огорчайтесь, если некоторые упражнения  
не будут получаться с первого раза.

Попробуйте повторять их вместе с ребёнком ещё раз.

**Будьте терпеливы, ласковы и спокойны,  
и у вас все получится!**

**Спасибо за внимание!**