

Что нужно знать, прежде чем приступить к занятиям:

Продолжительность занятий не должна превышать 10 минут.

Поначалу тренировка должна длиться всего **1 – 2 минуты**, пока малыш к ней привыкнет.

За сеанс выполняйте **4 – 5 упражнений**, не торопите кроху.

Во время тренировки сажайте ребёнка перед зеркальцем, чтобы он видел свой язык.



При выполнении сложных для ребёнка заданий не заставляйте его выполнять, а скажите, какой он **молодец** и что всё получится в следующий раз.

Контролируйте **технику** выполнения упражнений.

Помните, что гимнастика должна быть систематичной.

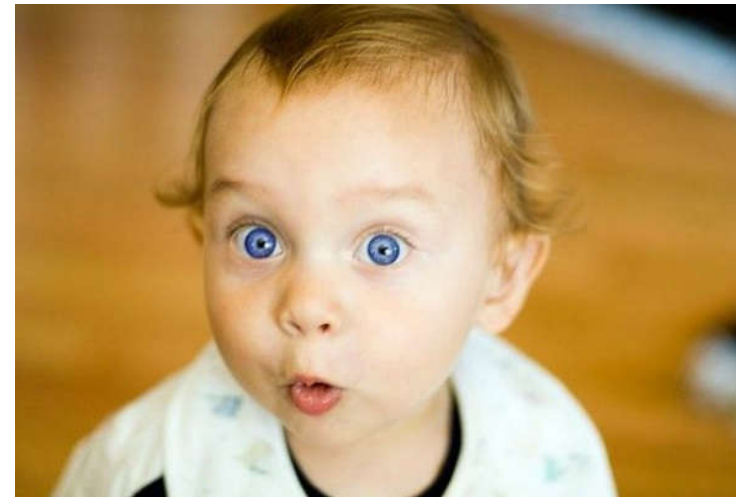
Если делать это от случая к случаю, результата не будет.

*Материал подготовила:
Учитель-логопед*

Бурдицкая Елена Владимировна

2020

Упражнения для детей 2-3 лет



Гимнастика для язычка.

Язычок гуляет

Язычок гулять собрался *(открываем рот, показываем язык)*
Он умылся, расчесался *(провести языком по губам, по верхним зубкам несколько раз)*
На прохожих оглянулся *(круговое движение языком)*
Вправо, влево оглянулся *(поворачивать язык вправо влево)*
Вниз упал, наверх полез *(движения вверх – вниз)*
Раз – и в домике исчез! *(прячем язык)*

Качели

(языком поочередно упираться то в верхние, то в нижние зубы)

На качелях я качаюсь
Вверх – вниз, вверх – вниз,
Я всё выше поднимаюсь,
А потом вниз.

Произнесение разных звуков (для тренировки артикуляционного аппарата):

На лугу паслась корова – «Му-у-у, му-у-у»

Полосатый шмель летел – «З-з-з, з-з-з»

Летний ветерок подул – «Ф-ф-ф, ф-ф-ф»

Колокольчик зазвенел – «Динь, динь, динь»

Стрекотал в траве кузнечик – «Тр-р-р»

И сердитый жук жужжал – «Ж-ж-ж, ж-ж-ж»

Цокать язычком как лошадка – «Цок, цок, цок»



Существует множество упражнений для развития речевого аппарата. **Артикуляционная гимнастика** для детей 2-3 лет может включать в себя следующие упражнения:

Улыбка для мамочки. Пусть малыш покажет свою



улыбку и держит ее как можно дольше.

Поцелуй. Обычный ритуал будет очень полезен для артикуляционной тренировки.

Хобот. Губы сомкнуты как трубочка и сильно вытянуты. Положение удерживать 5-10 сек.



Лопаточка. Ротик широко раскрыт. Расслабленный язык «отдыхает» на нижней губе. Положение удерживать 8 секунд.



Ворота. Ребенок открывает широко рот и держит его в таком положении несколько секунд.

Часы. Рот приоткрыт, ребёнок улыбается. Напряжённым языком нужно касаться поочередно правого и левого уголка губ. Смена положения выполняется под ритмичный счёт (Раз-два, раз-два...)



Шарик. Пусть малыш надует щеки. В конце упражнения мама может легонько сжать щеки и «сдуть» их. Звук, который при этом возникает, очень веселит детей.

Впоследствии задание можно усложнить. При этом ребенок будет надувать поочередно **то одну, то другую щеку**. Это не так просто как может казаться на первый взгляд. Поэтому родителям следует запастись терпением.

Домик. Ребенок открывает рот и высовывает язычок, удерживая его в таком положении несколько секунд. Затем язык прячется в «домик». Упражнение повторяется несколько раз.

Крокодильчик. Малыш высовывает кончик языка и слегка покусывает его зубками.



Старайтесь всё время чередовать упражнения, менять их последовательность, чтобы ребёнок не заскучал и продолжал заниматься с удовольствием.