

АРТИКУЛЯЦІЙНА ГІМНАСТИКА

КОМПЛЕКС ВПРАВ

- **"ЛОПАТКА"** Широкий язик висунути, розслабити, покласти на нижню губу. Слідкувати, щоб язик не тремтів. Утримувати 10-15 с.
- **"ЧИСТИМО ЗУБКИ"** Розкрити рот. Кінчиком язика "почистити" за верхніми зубами (вправо-вліво). Потім опустити язик вниз і "почистити" за нижніми зубами (вправо-вліво). Виконувати 10 с.
- **"ЧИСТИМО ЩІЧКУ"** Рот розкрити. Кінчиком язика "почистити" ліву щоку (вгору-вниз) та праву щоку (вгору-вниз). Виконувати 10 с.
- **"ФУТБОЛ"** Рот закрити, напруженим кінчиком язика вприти то в праву, то в ліву щоку. Виконувати 10 с.
- **"НЕСЛУХНЯНИЙ ЯЗИЧОК"** Широкий язик покласти на нижню губу та промовляти "пя-пя-пя", неначе похлопувати свій "неслухняний язичок" верхньою губою. Виконувати 10 с.
- **"КУСАЄМО ЯЗИЧОК"** Посміхнутись, висунути широкий язик на нижню губу і легенько прикусувати його передніми зубами. Виконувати 10 с.
- **"ГОДИННИК"** Висунути вузький язик, тягнутися ним поперемінно праворуч – ліворуч, з одного куточка рота в інший, у повільному темпі під лічбу. Виконувати 10-15 разів.
- **"ГОЙДАЛКА"** Висунути вузький язик, повільно рухати ним вгору до верхньої губи, а потім вниз до нижньої. Виконувати 10-15 разів.
- **"ЗМІЙКА"** Рот широко розкрити, язик сильно висунути уперед, напружити, зробити вузьким. Його максимально висунути вперед та заховати у глибокий рота. Виконувати у повільному темпі 10-15 разів.
- **"ГОЛКА"** Рот розкрити, язик висунути далеко вперед, напружити його та зробити вузьким. Утримувати в такому положенні 15 с.
- **"ЧАШЕЧКА"** Рот широко розкрити, широкий язик підняти вгору, потягнутися до верхніх зубів, не торкаючись їх. Утримувати в такому положенні 10-15 с.
- **"КОНЯЧКА"** Присмоктати язик до піднебіння, клацнути язиком. Клацати повільно та сильно. Розтягувати під'язикову вуздечку. Виконувати 10-15 разів.
- **"БУБЛИК"** Зуби зімкнути. Губи округлити і трохи витягнути уперед. Утримувати у такому положенні 10-15 с.
- **"ПОСМІШКА"** Зімкнути зуби та широко успіхнутись оголивши зуби. Утримувати у такому положенні 10-15 с.
- **"ХОМ'ЯЧОК"** Надути щоки та міцно зімкнути губи. Утримувати в такому положенні 10-15 с.
- **"РИБКА"** Зуби міцно стиснути, губи витягнути вперед. Утримувати в такому положенні 10 с.
- **"РИБКА ГОВОРИТЬ"** Зуби міцно стиснути, губи витягнути вперед. Почергово змикати і розмикати губи. Виконувати 10 с.
- **"СМАЧНЕ ВАРЕННЯ"** Висунути широкий язик, облизати верхню губу та заховати язик у глибокий рота. Виконувати 10-15 разів.

Трекер виконання завдань
Артикуляційна гімнастика



м. Львів
вул. Жасминова, 9



+ 38 (098) 179 43 34

Поради логопеда

АРТИКУЛЯЦІЙНА ГІМНАСТИКА



Корекція мовлення дитини – це спільна робота логопеда та батьків. Логопед задає корекційний напрямок і пропонує найефективніші методики для корекції мовленнєвого порушення, а батьки щодня повинні підтримувати та закріплювати отримані навички вдома. Саме така комплексна і систематична робота допомагає досягти швидких і стійких результатів.

РОЛЬ БАТЬКІВ У ЛОГОПЕДИЧНИЙ РОБОТІ

• Регулярне повторення вправ

Часто логопед дає домашнє завдання для дитини: артикуляційна гімнастика, завдання для автоматизації звуків, розвиток граматичного компонента та зв'язного мовлення. Батькам важливо виконувати ці вправи вдома щоденно, щоб закріпити нові навички та автоматизувати їх.

• Створення сприятливого середовища

Уникайте критики дитини чи негативних коментарів. Старайтесь заохочувати виконання завдань, хваліть дитину за старання, навіть якщо виконання завдань дається їй складно.

• Ігровий підхід

Діти легше засвоюють інформацію в ігровій формі. Використовуйте улюблені іграшки дитини під час виконання домашнього завдання, поєднуйте їх з улюбленим заняттям дитини, наприклад, малюванням, або ліпленням, або ж порадьтеся зі своїм логопедом, щоб разом вигадати ефективні методи для повторення домашнього завдання.

МОТИВАЦІЯ ДИТИНИ

• Похвала за старання

Підтримка та позитивні слова (“Молодець!”, “Як тобі гарно вдається!”, “Я дуже тобою пишаюсь!”) допомагають дитині відчувати впевненість і мати бажання працювати далі.

• Винагорода та заохочення

Використовуйте винагороду за старання виконання завдання: наліпку, улюблену цукерку чи інші заохочення відносно інтересів вашої дитини.

• Трекер виконання завдань

Трекер виконання завдань – це дуже простий мотиваційний інструмент, який виглядає зазвичай як табличка, де позначається кожне виконане дитиною завдання і, відповідно, за виконану роботу вона отримуватиме винагороду.

• Уникайте примусу

Якщо дитини відмовляється виконувати завдання, знайдіть причину. Можливо, їй надто складно, або вона втомилась. Спробуйте зробити перерву та повернутись до завдання пізніше або змінити підхід до подання завдання використовуючи більше підказок чи пояснень.

СТВОРЕННЯ СПРИЯТЛИВОГО МОВЛЕННЄВОГО СЕРЕДОВИЩА ВДОМА

• Зменшення часу використання гаджетів

Тривале використання гаджетів та девайсів (телефон, планшет, телевізор) обмежує живе спілкування та взаємодію з іншими, які є ключовими для розвитку мовлення дитини. Діти пасивно сприймають інформацію з екранів, не маючи можливості та мотивації використовувати і практикувати власні мовленнєві навички.

• Обговорення подій та питань, які цікавлять дитину

Щоденні розмови з дитиною розвивають її вміння висловлювати власні думки, будувати складні речення та активно використовувати нові слова. Наприклад, запитуйте дитину перед сном: “Що тобі найбільше сьогодні сподобалось?” або “Що нового ти сьогодні дізналась/дізнався?”. Ставте дитині запитання, які передбачатимуть розгорнуту відповідь. Наприклад, “Як ти думаєш, чому це сталося?”, “Що б ти зробив/зробила на місці цього героя?”. Діліться своїми думками та емоціями, щоб показувати дитині приклад активного спілкування.

• Спільне читання книг та їх обговорення

Читання книг не лише збільшує словниковий запас дитини, а й допомагає розвивати уяву, будувати речення та висловлювати власну думку. Проте важливо обирати книги відповідно до віку та інтересу дитини. Можна обговорювати сюжет книги: “Як ти думаєш, що буде далі?” або “Як ти уявляєш цього героя?”. Також можна переказувати прочитане своїми словами.

• Залучення до справ дорослих

Пропонуйте дитині допомогти приготувати їжу, прибрати або скласти список покупок. В цей час допомагайте їй у цьому, задавайте питання, уточнюйте відповіді, будуйте нескладні діалоги з дитиною.

• Приклад для наслідування

Будьте прикладом для дитини. Говоріть з нею чітко, виразно й грамотно. Використовуйте зрозумілі слова та фрази. Пояснюйте нові слова, які вона ще не розуміє. Проявляйте інтерес до спілкування та показуйте, що це не лише обмін словами, а й спосіб ділитись думками та емоціями.

ПАМ'ЯТАЙТЕ: живе спілкування – це основа розвитку мовлення. Чим більше дитина взаємодіє з батьками в активний спосіб, тим краще розвиваються її мовленнєві навички.