**АТА-АНАЛАРҒА КЕҢЕС  
«Тыныс алу гимнастикасы»**

**Сөйлеу тыныс алуын дамытуға арналған жаттығулар**

**"Допты қақпаға түсіру".**

**Мақсаты:** ұзақ, бағытталған ауа ағысын жасау.

Ерінді түтікшемен алға созып, үстелде жатқан мақта шарына ұзақ уақыт үрлеу, оны екі текшенің арасындағы "қақпаға" кіргізуге тырысу. Ауа ағысының үзік болуын болдырмай отырып, бір демде шарды кіргізу керек. Ұрттың үрленбеуін қадағалаңыз, бұл үшін оны сәл алақанмен қысуға болады.

**"Түтікше арқылы үрлеңіз".**  
Мақсаты: тілдің ортасында жүретін тегіс, ұзақ, үздіксіз ауа ағысын жасау.

Ауыз ашық. Езу жымиған. Тілді түтікше бұрап, қас арасында бекітілген және беттің ортасына дейін ілінетін қағаздан жасалған тар жолаққа үрлеу. Жаттығуды дұрыс орындағанда қағаз жолақ жоғары ауытқиды. Оны шығаратын ауа ағынында мүмкіндігінше ұзақ ұстауға тырысыңыз. Ұрттың үрленбеуін қадағалаңыз.

**"Допты кім әрі қарай лақтырады".**   
**Мақсаты:** тілдің ортасында жүретін тегіс, ұзақ, үздіксіз ауа ағысын жасау.

Ауыз ашық. Езу жымиған. Тілді сыртқа шығару. Күрек тәрізді тілдің бүйір шеттері көтерілген. Ф дыбысын ұзақ айта отырып, үстелдің қарама-қарсы шетіне мақтаны үрлеңіз. Ұрттың үрленбеуін қадағалаңыз. Балалардың дс дыбысын емес, ф дыбысын айту үшін, яғни ауа ағысы тар, шашыраңқы емес болуы үшін, төменгі ерні төменгі тістерге тартылмауын қадағалаңыз.

**«Қар ұшқынын үрлеу».**

**Мақсаты:** тілдің ортасында жүретін, тегіс ауа ағысын жасау.

Ауыз ашық. Езу жымиған. Кең тіл сыртқа шығарылған. Тіл ұшы төмен түскен. Тілдің бүйір шеттері жоғарғы тістерге қысылған. Тілдің ұшына өлшемі 1×1 см қағаз шаршыны салып, оны үрлеу. Ұрттың үрленбеуін қадағалау және балалардың х дыбысын емес, ф дыбысын қалай айтатынын қадағалау.

**"Сабан арқылы үрлеу", "Стакандағы дауыл".**

**Мақсаты:** тілдің ортасында ауа ағысын бағыттай білу

Ауыз ашық. Езу жымиған. Тілдің кең ұшы төменгі кескіштердің негізіне тіреледі. Тілдің ортасында коктейльге арналған сабан салынады, оның соңы су толтырылған стаканға түседі. Су бұрқылдағандай сабан арқылы үрлеу. Ұрттың үрленбеуін және еріннің қозғалмауын қадағалау.

**"Үлкен болып өсеміз".**

"Бір , екі" дегенде аяқтың ұшымен тұрамыз, қолды жан-жаққа, жоғары созу, алақанмен ішке, созылу — мұрын арқылы терең дем алу; "үш, төрт" дегенде — қолды төмен түсіру, аяқты тізеге бүгіп, алға еңкейу-ауыз арқылы күшейтілген дем шығару. 5-6 рет баяу қарқынмен қайталау.

**АТА-АНАЛАРҒА КЕҢЕС**

**«Биоэнергопластика элементтерімен артикуляциялық гимнастика»**

**Биоэнергопластика элементтері бар артикуляциялық гимнастиканы орындау бойынша жалпы ұсыныстар:**

* Балалардың жеке ерекшеліктерін ескеру;
* Артикуляциялық жаттығуды толық меңгергенде және оны қатесіз орындағанда ғана баланың қолын қосу;
* Артикуляциялық жаттығуларды толық меңгергеннен кейін немесе оларды қатесіз орындаудан кейін ғана баланың қолын іске кірістіру
* Қол буынының шиеленіспеуін қадағалау, қимыл бірқалыпты болу керек;
* Сөйлеу органдары мен қол буындарының іс-қимыл үйлесімділігін және дәлдігін сақтау.

**Биоэнергопластиканың элементтері бар артикуляциялық**

**жаттығулар кешені**

**«Қоршаулар »**

**Нұсқаулық:**

Ерін жымиған, бір-біріне қоршаулар сияқты тұрған жоғарғы және төменгі тістерді ашу. Қол қозғалысын қоса отырып, ішінен «И» дыбысын айту ". Осы қалыпта 1-ден 10-ға дейін ұстап тұру.

**Бастапқы қалып —** қолдың буыны тік, саусақтары түзу және тұйықталған. Қол буынын осы қалыпта 1-ден 10-ға дейін ұстап тұру.

**Қамырды илеу»**

**Нұсқаулық:**

Аузыңызды аздап ашыңыз, тілді төменгі тістерге салыңыз және оны асықпай тістеңіз,содан кейін оны ерінмен сылп еткізіп, қол қимылдарын қоса отырып, "пя-пя-пя" дыбыстарын айтыңыз. 5-10 секундтан орындау.

**Бастапқы қалып** — қолдың буындары көлденең, саусақтары түзу және тұйықталған. Саусақтарды жұдырыққа қысып, тілді тістелеу кезінде босату. Тілді сылп еткен кезде 4 саусақ пен үлкен саусақты қосу. 5-10 секунд орындау.