

# **Артикуляционная гимнастика**

# Теоретическое обоснование

- Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.
- Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

# Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отработать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.
6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
7. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.
8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

# Организация проведения артикуляционной гимнастики

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.
2. Взрослый показывает выполнение упражнения.
3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

4. Если у ребенка не получается какое-то движение, помогать ему (шпателем, ручкой чайной ложки или просто чистым пальцем).

5. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

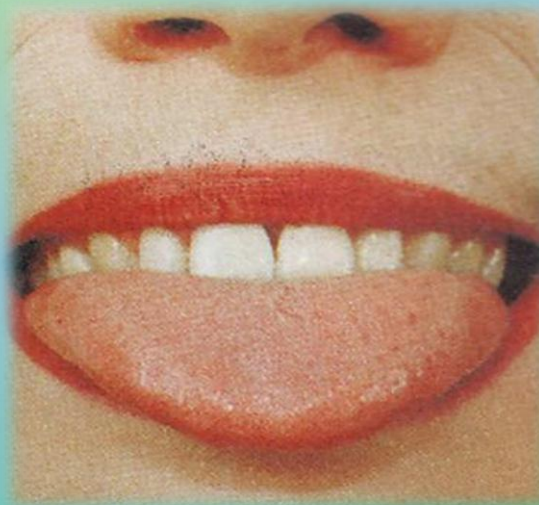
# Упражнение «Расческа»

Улыбнуться, закусить язык зубами.

«Протаскивать» язык между зубами вперёд-назад, как бы «причёсывая» его. Выполнять 3-4 раза.

*С волосами я дружу,  
Их в порядок привожу.  
Благодарна мне причёска,  
А зовут меня...*

*Расческа.*

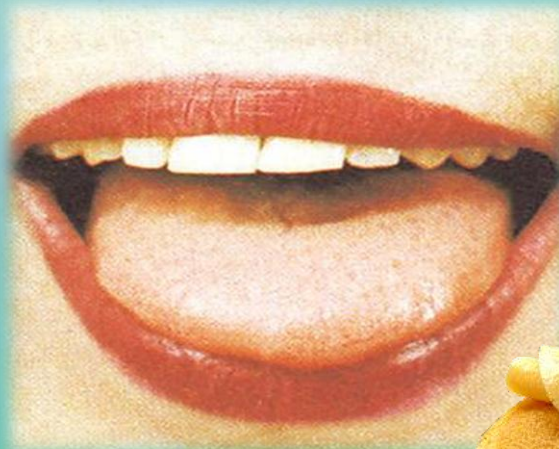


# Упражнение «Блинчик»

**Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти.**

В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.

*Испекли блинов немножко,  
Остудили на окошке.  
Есть их будем со сметаной,  
Пригласим к обеду маму.*



# Упражнение «Вкусное варенье»

Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху-вниз(можно помазать ее вареньем).

Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой).

*Блин мы ели*

*с наслаждением –*

*Перепачкались*

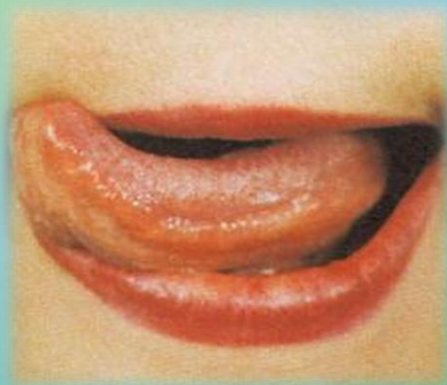
*вареньем.*

*Чтоб варенье с губ*

*убрать,*

*Ротик нужно*

*облизать.*



# Упражнение «Часики»

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной. Повторять 5-6 раз.

*Тик – так, тик – так –  
Ходят часики – вот так!  
Влево – тик,  
Вправо – так.  
Ходят часики – вот так!*

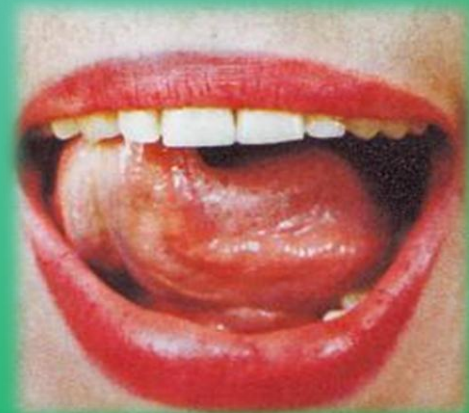
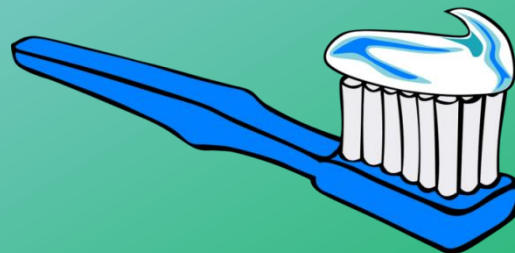




# Упражнение «Чистим зубки»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

*Язычком почистим зубы  
И снаружи, и внутри.  
Слева, справа и под губы –  
Не болели чтоб они.*



# Упражнение «Ёжик»

Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг ( правая щека- под верхней губой, левая щека- под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. Так "нарисовать" по 5- 6 кругов в одну и другую стороны.



*Серый ёжик весь в иголках,  
Словно он не зверь, а ёлка.  
Хоть колюч молчун лесной –  
Ёжик добрый, а не злой.*



# Упражнение «Киска сердится»

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз» - выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы. На счет «два» - вернуться в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается

*На скамейке у окошка*

*Улеглась и дремлет*

*кошка.*

*Кошка глазки открывает,*

*Кошка спинку выгибает.*



# Упражнение «Качели»

Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

*На скамейке у окошка  
Улеглась и дремлет  
кошка.*

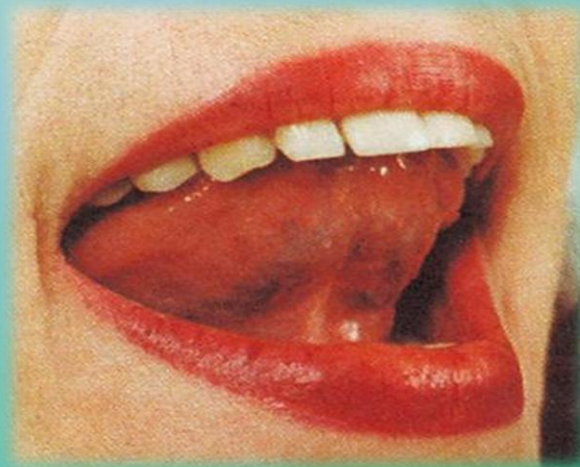
*Кошка глазки открывает,  
Кошка спинку выгибает.*



# Упражнение «Парус»

Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поднять и поставить на бугорки (альвеолы) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении на счёт до восьми, потом до десяти. Опустить язык и повторить упражнение 2-3 раза.

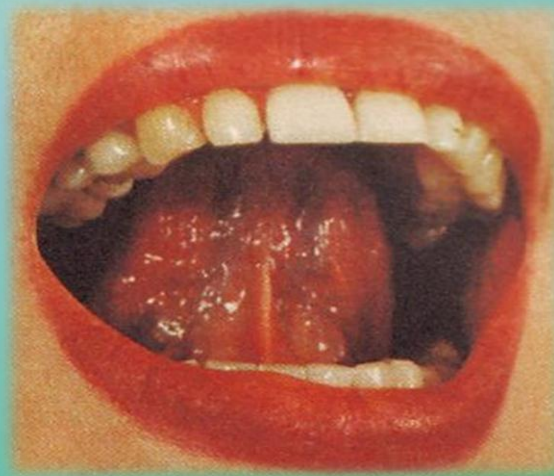
*Лодочка под парусом  
По речке плывёт.  
На прогулку лодочку  
Малышей зовёт.*



# Упражнение «Маляр»

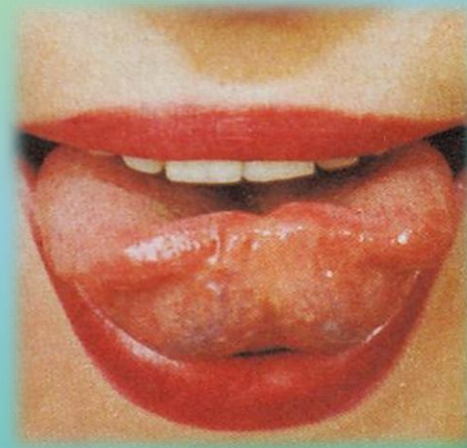
Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

*Красить комнаты  
пора,  
Пригласили маляра.  
Челюсть ниже  
опускаем,  
Маляру мы помогаем.*



# Упражнение «Чашечка»

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.



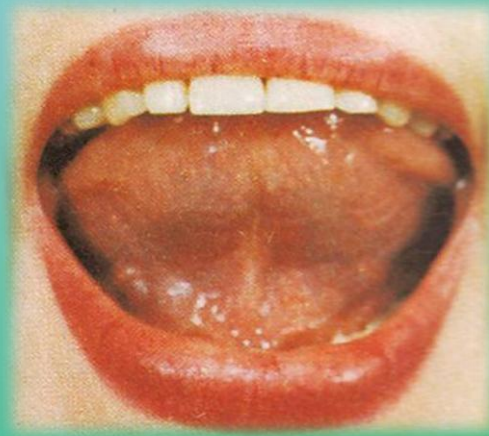
*Язык широкий положи,  
А края приподними.  
Получилась чашка,  
Кругленькая чашка.*



# Упражнение «Дятел»

Рот широко открыт и слегка растянут в улыбке, язычок в форме «чашечки» поднят вверх: боковые края языка прижаты к верхним коренным зубкам, а передний край языка поднят за верхние передние зубы к альвеолам. Ребёнок говорит с придыханием Д-Д-Д или Т-Т-Т. Язык «прыгает на бугорках».

*Дятел на стволе сидит,  
Клювом по нему стучит.  
Стук да стук, стук да стук –  
Раздаётся громкий звук.*

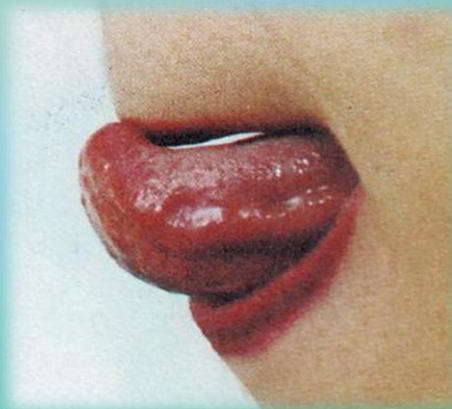




# Упражнение «Индюк»

Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед-назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения, постепенно убыстряясь, затем добавить голос, чтобы слышалось «БЛ-БЛ-БЛ». Следите, чтобы язык не сужался, он должен быть широким

*В огороде, как хозяин,  
Бродит важно толстый  
барин.  
В пёстрый выряжен сюртук  
Расфуфыренный индюк.*



# Упражнение «Грибок»

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка - ножка.

Удерживать в таком положении 3-5 сек. Медленно сближать и сжимать зубы, закрыть рот.

Кончик языка не должен подворачиваться, губы - в улыбке. Если ребенку не удастся присосать язык, то можно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка».

В пощелкивании улавливается нужное движение языка.

*Я стою на ножке тонкой,  
Я стою на ножке гладкой,  
Под коричневой шляпкой  
С бархатной подкладке.*

