



АРТИКУЛЯЦИОННАЯ

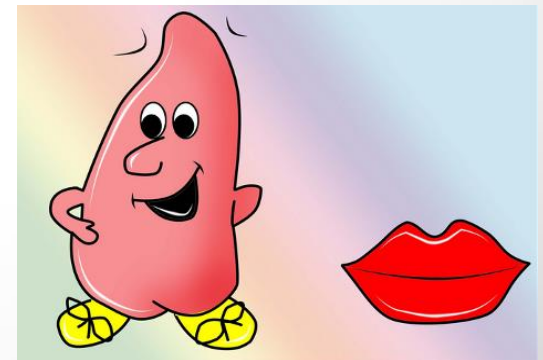
ГИМНАСТИКА

ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

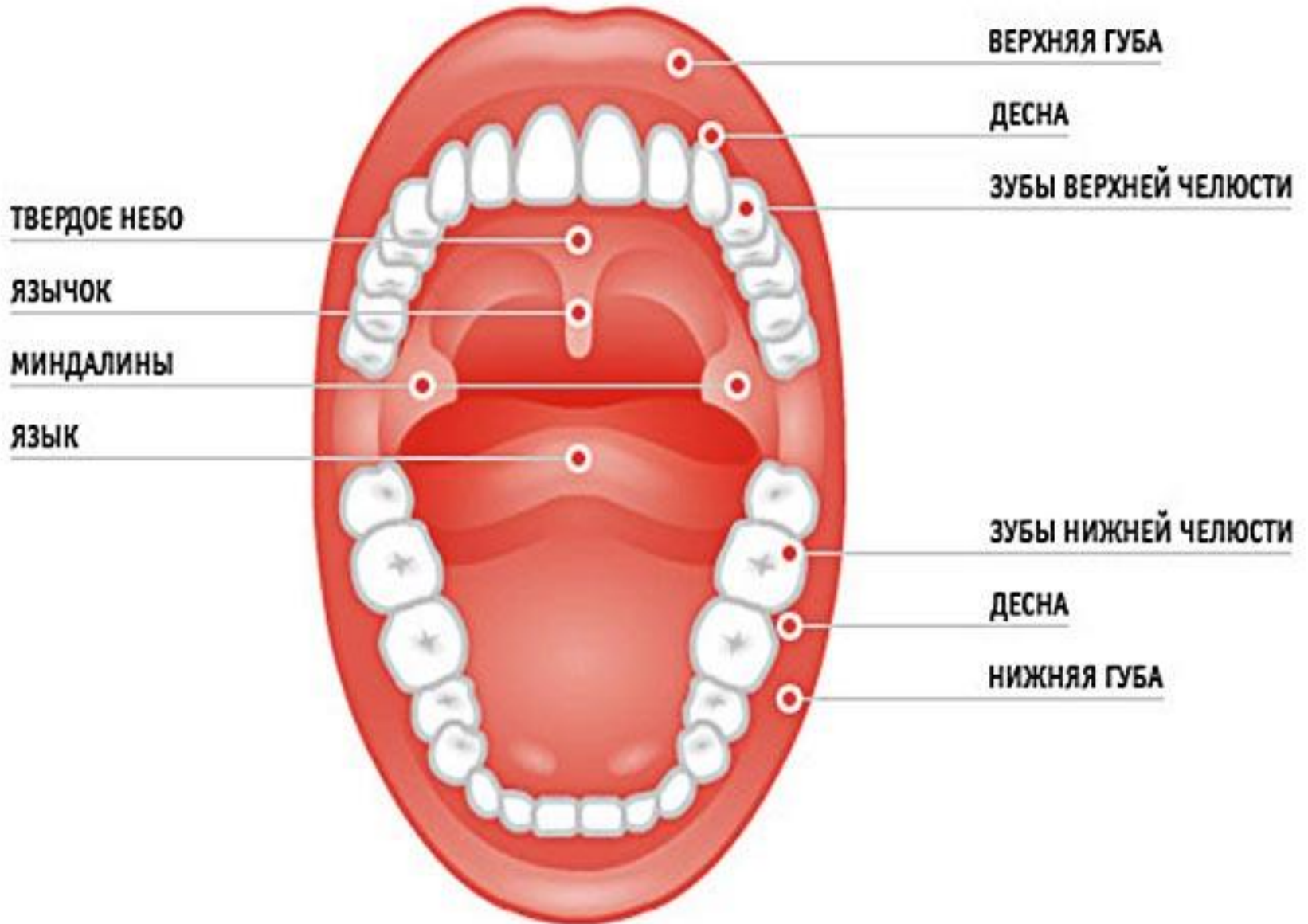
Правильное произношение звуков наряду с богатым словарным запасом и хорошо развитой связной речью является одним из основных показателей готовности ребёнка к школе.

Артикуляционная гимнастика- упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения

Чтобы малыш научился произносить сложные звуки ([с], [з], [ш], [ж], [л], [р]), его губы и язык должны быть сильными и гибкими, долго удерживать необходимое положение, без труда совершать многократные переходы от одного движения к другому.



Органы артикуляции



ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ НЕОБХОДИМО ЗАНИМАТЬСЯ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКОЙ

- 1. Благодаря артикуляционной гимнастике органы речи становятся сильными, ловкими, подвижными. Язык (главная мышца артикуляционного аппарата) нуждается в достаточно хорошем развитии для выполнения тонких целенаправленных движений.**
- 2. С помощью артикуляционной гимнастики некоторые сами могут научиться говорить чисто и правильно без помощи специалиста.**
- 3. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты.**
- 4. Артикуляционная гимнастика в игровой форме является основным средством коррекции речевых нарушений. Ребёнок, увлекаясь игрой, не замечает, что его учат.**
- 5. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем - и детям и взрослым - научиться говорить правильно, четко и красиво.**



Сначала ребёнка знакомят с основными положениями губ и языка с помощью **историй о Весёлом Язычке**, который живёт в «домике-ротике», губы и зубы –это «двери», небо- «потолок с мягкой занавеской-вуулей», нижняя челюсть- «пол», щёки- «стены». В горлышке живёт друг Язычка голосок, когда он «звенит»- звуки звонкие, когда «спит»- звуки глухие.



РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ

- * Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. Идеальный вариант – сидя перед большим зеркалом, так, чтобы ребёнок мог видеть себя и вас. Можно заниматься и перед настольным зеркалом. Только в этом случае взрослый сидит напротив малыша.
- * После того как малыш немного освоится, зеркало можно убрать. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу)?
- * Постепенно темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно, ритмично и плавно без подёргиваний, иначе занятия не имеют смысла.
- * Лучше заниматься ежедневно не менее двух раз в день в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.
- * Выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки и руку ребёнка, имитируя движения языка.
- * Если ребёнку не даётся какое-либо упражнение, или движения недостаточно чёткие, то выполняем его до тех пор, пока оно не станет для ребёнка лёгким.
- * За одно занятие отрабатываем не больше 4-5 упражнений.
- * Не забываем поощрять малыша добрым словом, даже если ему пока тяжело и видимых успехов нет. Будьте терпеливы при неудачах.
- * Обыгрываем каждое упражнение, чтобы малышу было интересно.



Виды артикуляционных упражнений

Артикуляционные упражнения делятся на две больших группы:

1. Статические подготовительные упражнения

на удержание определённой артикуляционной позы:

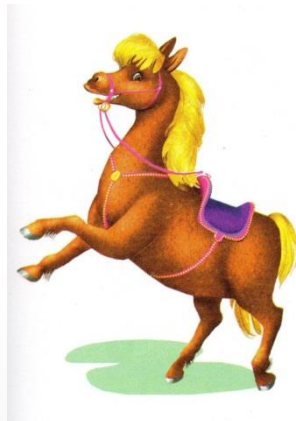
- «Лопаточка» или «Блинчик»
- «Чашечка».
- «Иголочка».
- «Горочка»
- «Улыбка»
- «Хоботок»
- «Дудочка»
- «Парус» или «Силач»
- «Грибок»



2. Динамические подготовительные упражнения

на развитие точности, плавности, переключаемости движений:

- «Часики»
- «Лошадка»
- «Качели»
- «Вкусное варенье»
- «Маляр»
- «Дятел»
- «Кошечка сердится»
- «Чистим зубки»
- «Футбол»
- «Балалайка»



«Улыбка»



Улыбнуться, показать сомкнутые зубки.

Удерживать губы в таком положении до счёта «пять» (до счёта «десять»), затем вернуть губы в исходное положение. Повторить 3-4 раза.

Квака любит улыбаться,
Рот у Кваки до ушей,
Хоть завязочки пришей.

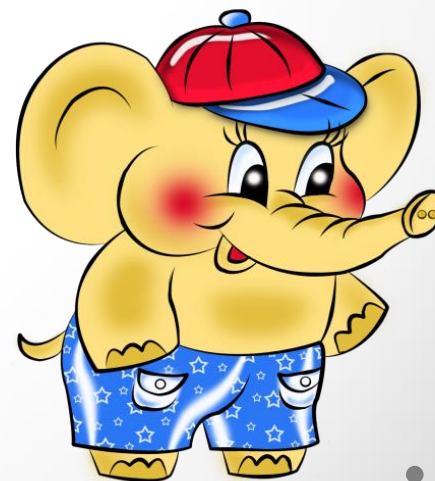
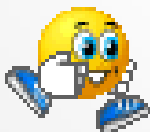


«Хоботок»



Губы чуть-чуть вытянуть вперёд, так, чтобы были видны верхние и нижние зубы, удерживать в таком положении до счёта «пять» (потом до счёта «десять»), вернуться в исходное положение.

**Подражаю я слону:
губы хоботком тяну...
Их тянуть не перестану,
Даже если я устану.
Буду долго так держать,
Свои губы укреплять.**



«Дудочка»



Сомкнутые губы вытянуть вперёд и удерживать в таком положении до счёта «пять» (потом до счёта «десять»), вернуться в исходное положение.

Мои губы-трубочка-
Превратились в дудочку,
Громко я дудеть могу:
Ду-ду. Ду-ду-ду!



«Лопаточка», «Блинчик»

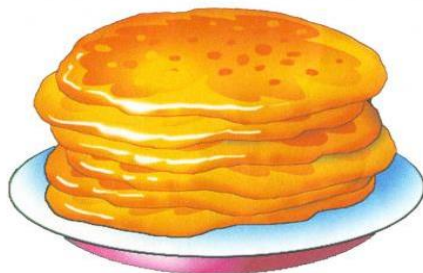


Улыбнуться, открыть рот, положить широкий и расслабленный язык на нижнюю губу. Удерживать под счёт до пяти.

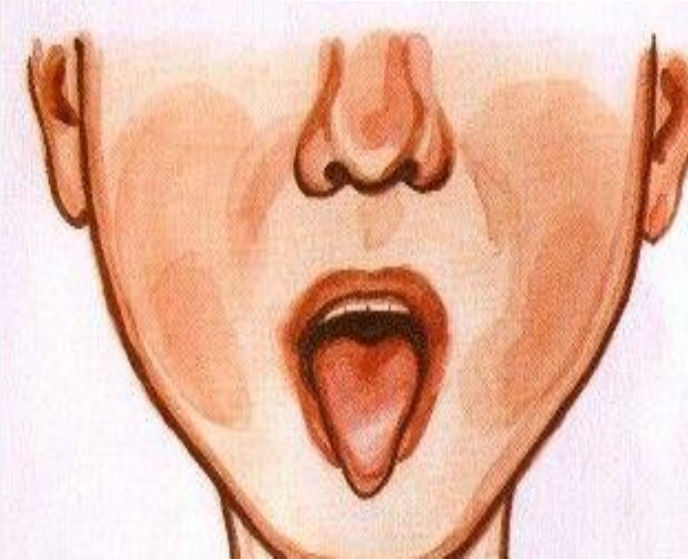
Поперёк улыбки лёг-
Отдыхает язычок.

Язык «лопаткой» лежит
И нисколько не дрожит
И при этом я считаю :

Раз, два, три, четыре, пять,
Не устанем мы держать.



«Иголочка»

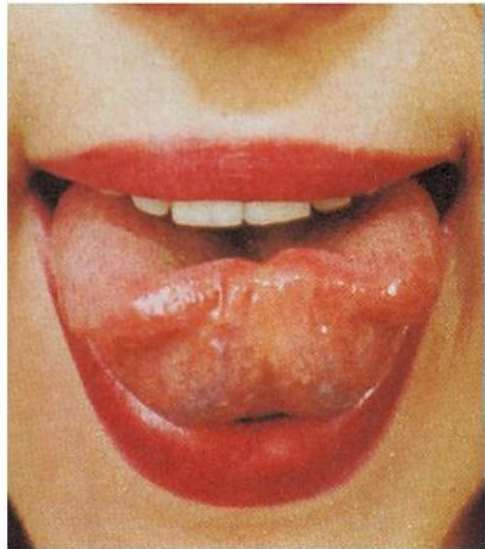


Рот широко открыть, вытянуть узкий язычок вперёд как можно дальше, напрячь его, удерживать в таком положении под счёт до пяти.

**Улыбаюсь: вот шутник-
Узким-узким стал язык.
Меж зубами, как сучок,
Вылез длинный язычок.**



«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.

Широко мой рот открыт,
Язык «чашечкой» стоит
И нисколько не дрожит.
К зубкам подняты края-
Вот так «чашечка» моя!



«ГОРОЧКА»



Открыть широко рот, широкий язык упереть в нижние зубы, боковые края языка плотно прижать к коренным зубам.

Вот так горка, что за чудо!

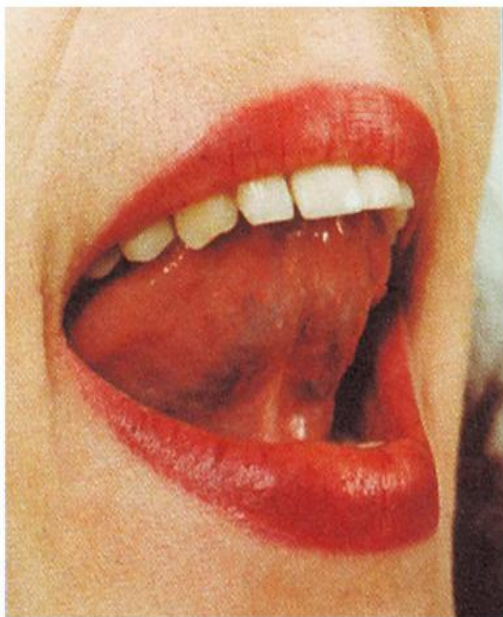
Выгнулся язык упруго:

Кончик в зубы упирается,

Бока кверху устремляются.



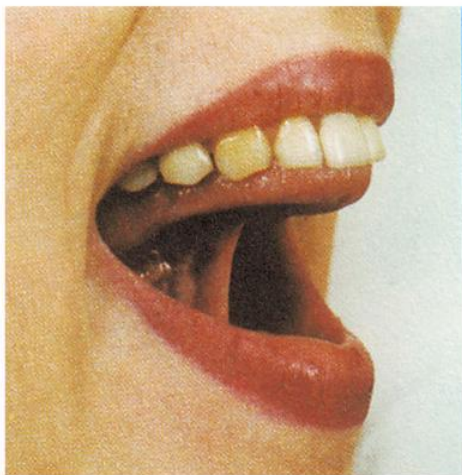
«ПАРУС», «СИЛАЧ»



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 реке плывёт,
На прогулку лодочка
Малышей везёт.**

«Грибок»



Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка- ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы - в улыбке. Если ребенку не удастся присосать язык, то можно поцеловать языком, как в упражнении «Лошадка». В поцелкивании улавливается нужное движение языка.

**На лесной опушке
Вырос гриб волнушка.
Наша Маша в лес пошла,
Тот грибочек нашла
И грибочек сорвала.**



«КАРУСЕЛЬ»

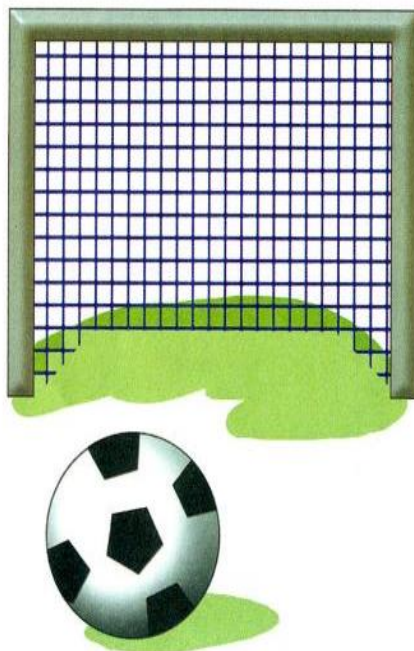
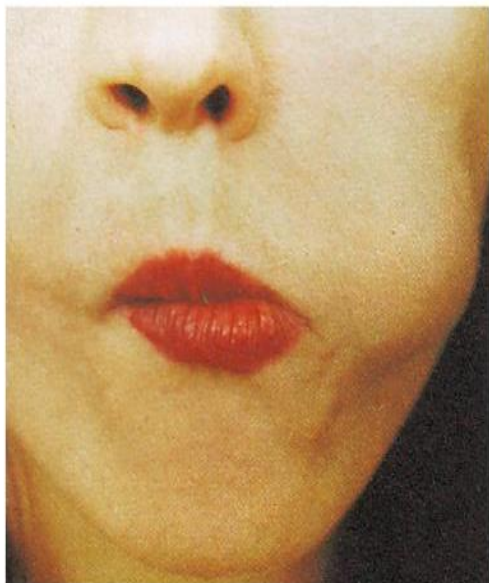


Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека- под верхней губой, левая щека- под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. Так "нарисовать" по 5- 6 кругов в одну и другую стороны.



Еле, еле. Еле, еле.
Закружились карусели.
А потом, потом, потом
Всё бегом, бегом, бегом.

«ФУТБОЛ»



Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щёку так, чтобы под щекой надувались «мячики».

Чередуем движения 6 раз, повторяем упражнение 3-4 раза.

Лы-лы-лы-

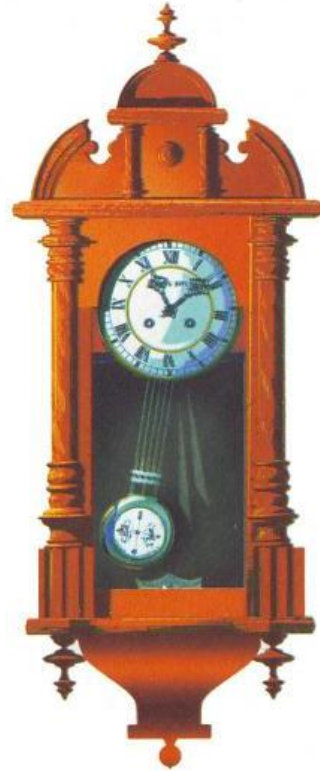
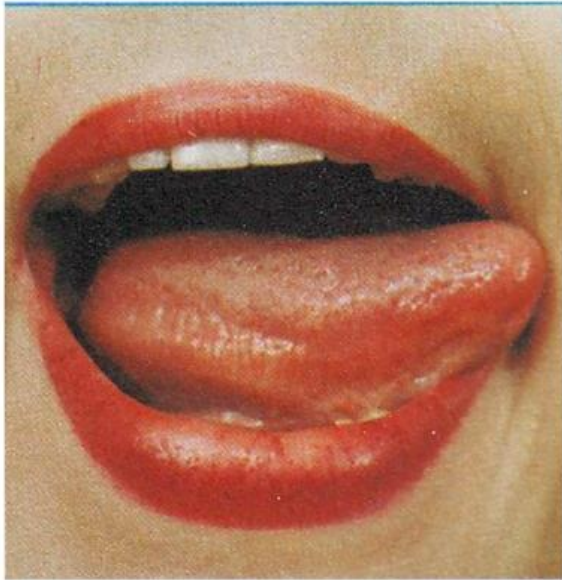
Забиваем мы голы

Вправо- влево (6раз)

Забиваем мы голы.



«ЧАСИКИ»



Улыбнуться, открыть рот.
Кончик языка переводить
на счет «раз-два» из
одного уголка рта в
другой. Нижняя челюсть
при этом остается
неподвижной. Чередуем
движения
браз, повторяем
упражнение 3-4 раза.

**Влево- вправо, влево –
вправо,
Мой язык скользит
лукаво:
Тик-так, тик –так,
Часы тикают вот так.**

«ЗМЕЙКА»

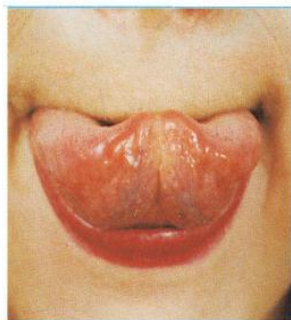
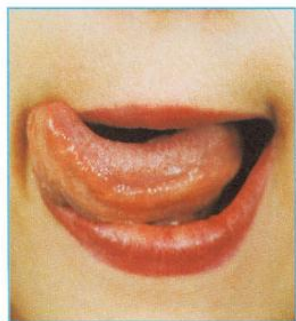


Рот широко открыть,
вытянуть узкий язычок вперёд,
двигать языком вперёд изо рта,
затем обратно в рот.

Язык в змейку превращается,
Упражнение начинается.
Вот вперёд стремится змейка,
Повторить за ней сумей-ка:
То бросается вперёд,
То скорей назад ползёт.
Вновь движенья повторяются,
Игра в змейку продолжается.



«ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»

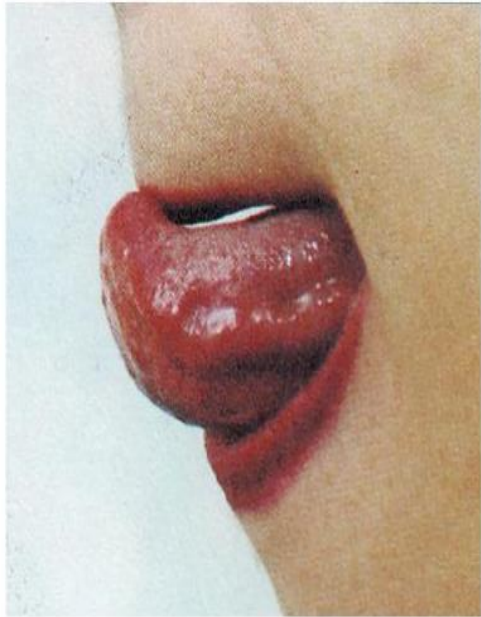


Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме «чашечки» облизывать верхнюю губу сверху- вниз (можно помазать ее вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой).

**Ох и вкусное варенье!
Жаль, осталось на губе.
Язычок я подниму
И остатки оближу.**



«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.

Рот чуть-чуть приоткрываю,
Язычок приподнимаю.
На губу положу,
По губе повою.
Потом голос подключу:
Бл – бл – бл – заболбочу.

«ЧИСТИМ ЗУБКИ»

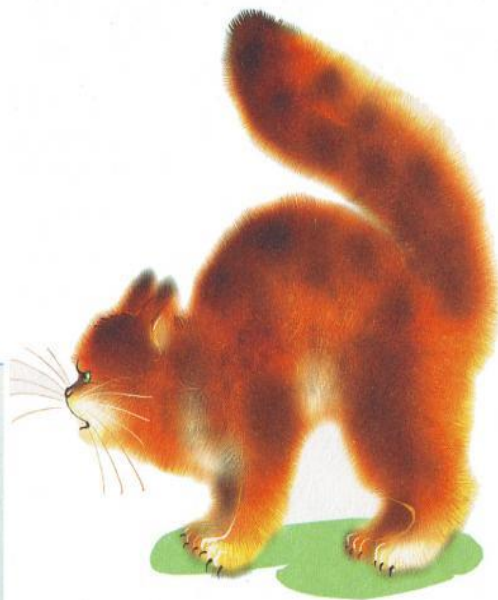
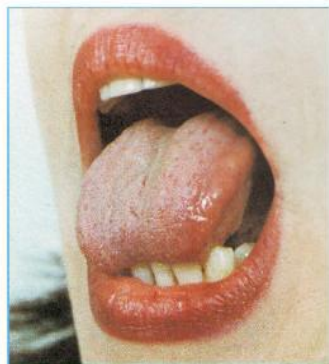


Улыбнуться, приоткрыть рот.
Кончиком языка «почистить»
нижние, затем верхние зубы с
внутренней стороны, делая
движения языком вправо - влево.
Нижняя челюсть при этом не
двигается.

Повторить 3-4 раза.

Чищу зубы, чищу зубы
И снаружи ... И внутри...
Не болели, не темнели,
Не желтели чтоб они.

«КИСКА СЕРДИТСЯ»

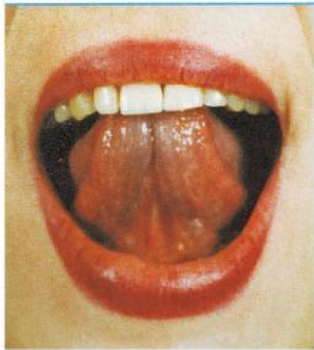
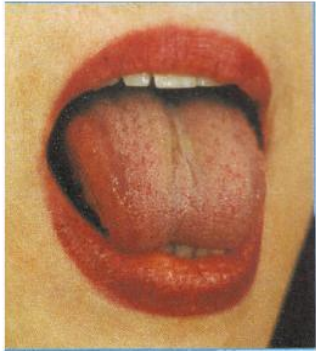


Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз»- выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

Повторить 3-4 раза.

**Выгляни в окошечко-
Там увидишь кошечку.
Кошка спинку выгнула,
Зашипела, прыгнула...
Рассердилась киска –
Не подходите близко!**

«КАЧЕЛИ»



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

Чередуем движения 6 раз,
повторяем упражнение 3-4 раза.

**На качелях я качаюсь:
Вверх – вниз, вверх –вниз.
Я до крыши поднимаюсь.
А потом спускаюсь вниз.**

«Лошадка»

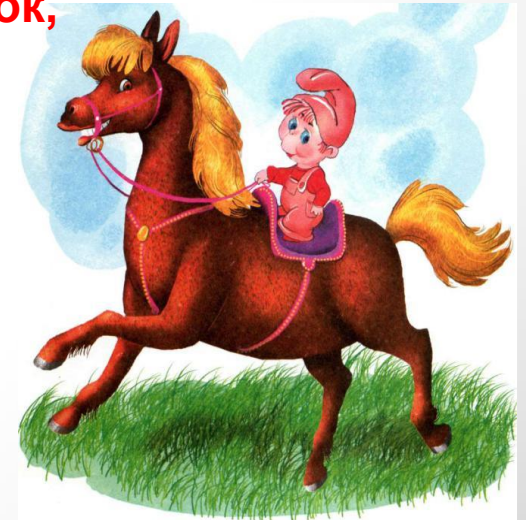


Улыбнуться, широко открыть рот.
Громко пощёлкать кончиком языка,
натягивая подъязычную связку (уздечку),
сначала медленно, потом быстрее.
Следим за тем, чтобы нижняя челюсть
была неподвижна, «прыгал» только язык.
Нельзя чмокать языком.

Укороченная уздечка



Я - лошадка серый бок,
Я копытцем постучу,
Если надо прокачу!



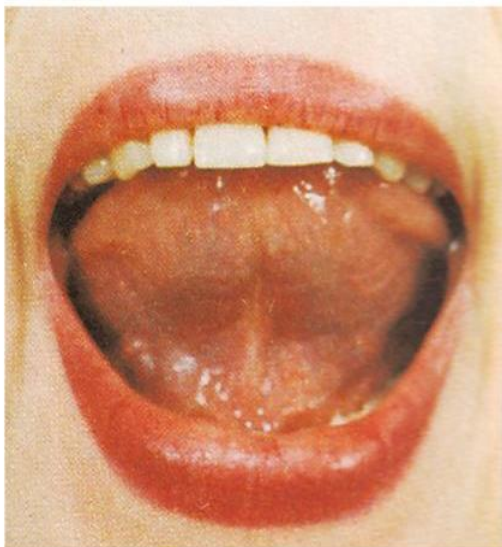
«МАЛЯР»



Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться. Чередуем движения 6 -8 раз. Повторить 3-4 раза.

Красить потолок пора,
Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Язык к нёбу поднимаем,
Поведём вперёд- назад-
Наш маляр работе рад.

«ДЯТЕЛ»

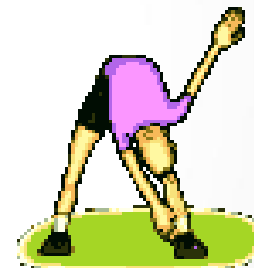
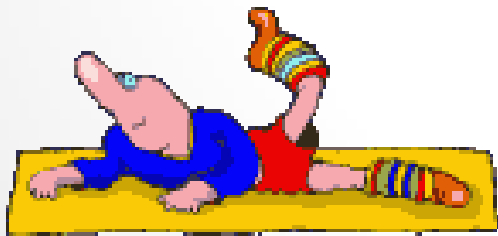


Рот широко открыт и слегка растянут в улыбке, язычок в форме «чашечки» поднят вверх: боковые края языка прижаты к верхним коренным зубкам, а передний край языка поднят за верхние передние зубы к альвеолам.

Ребёнок говорит с придыханием звуки Д-Д-Д или Т-Т-Т. Язык «прыгает на бугорках».

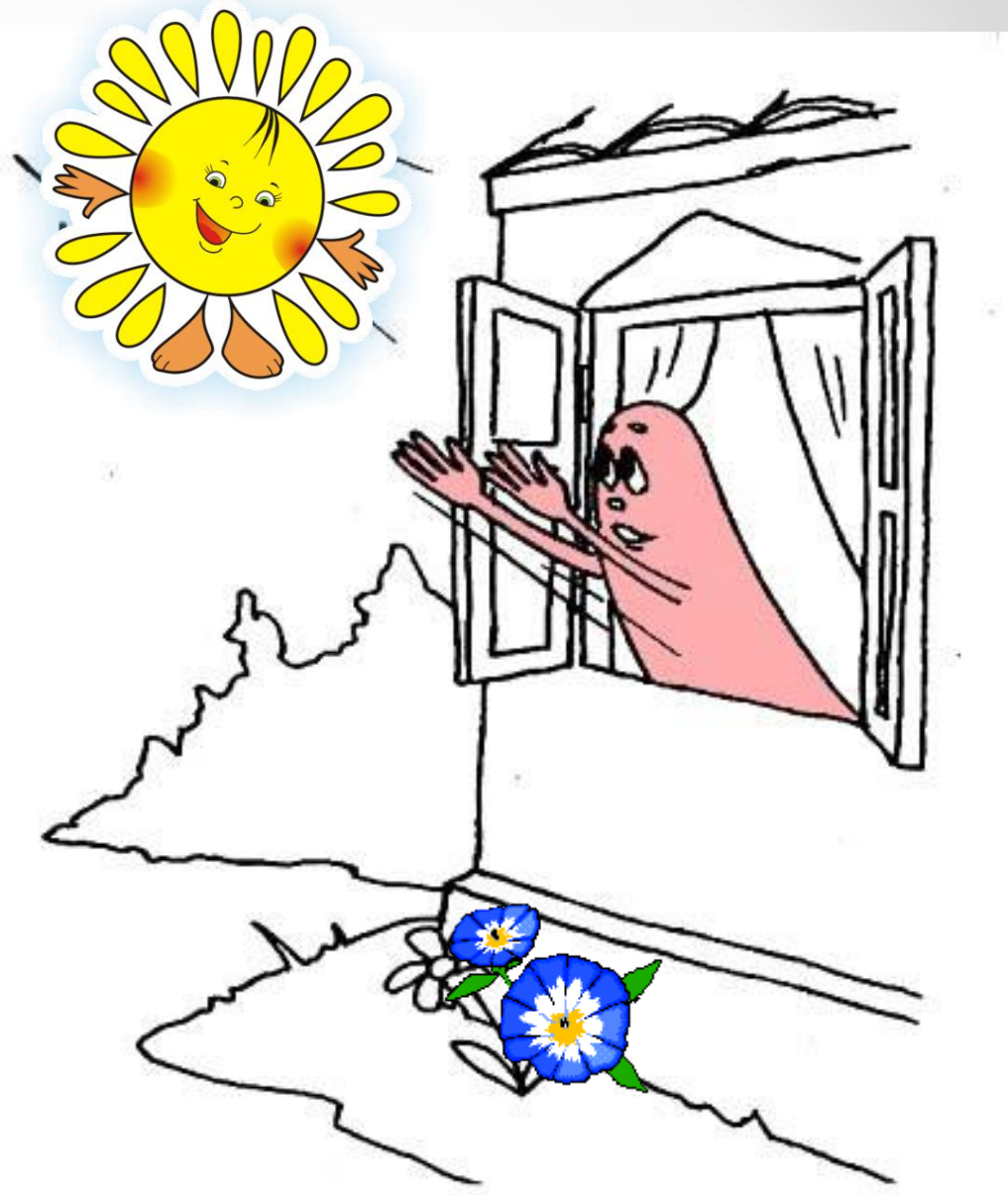
**Дятел на стволе сидит,
Клювом по нему стучит.
Стук да стук, стук, стук-
Раздаётся громкий звук.**

Весёлый язычок



Жил-был Язычок в своём домике. Проснулся он рано утром, открыл окошко, посмотрел, какая погода, а потом опять в домик спрятался.

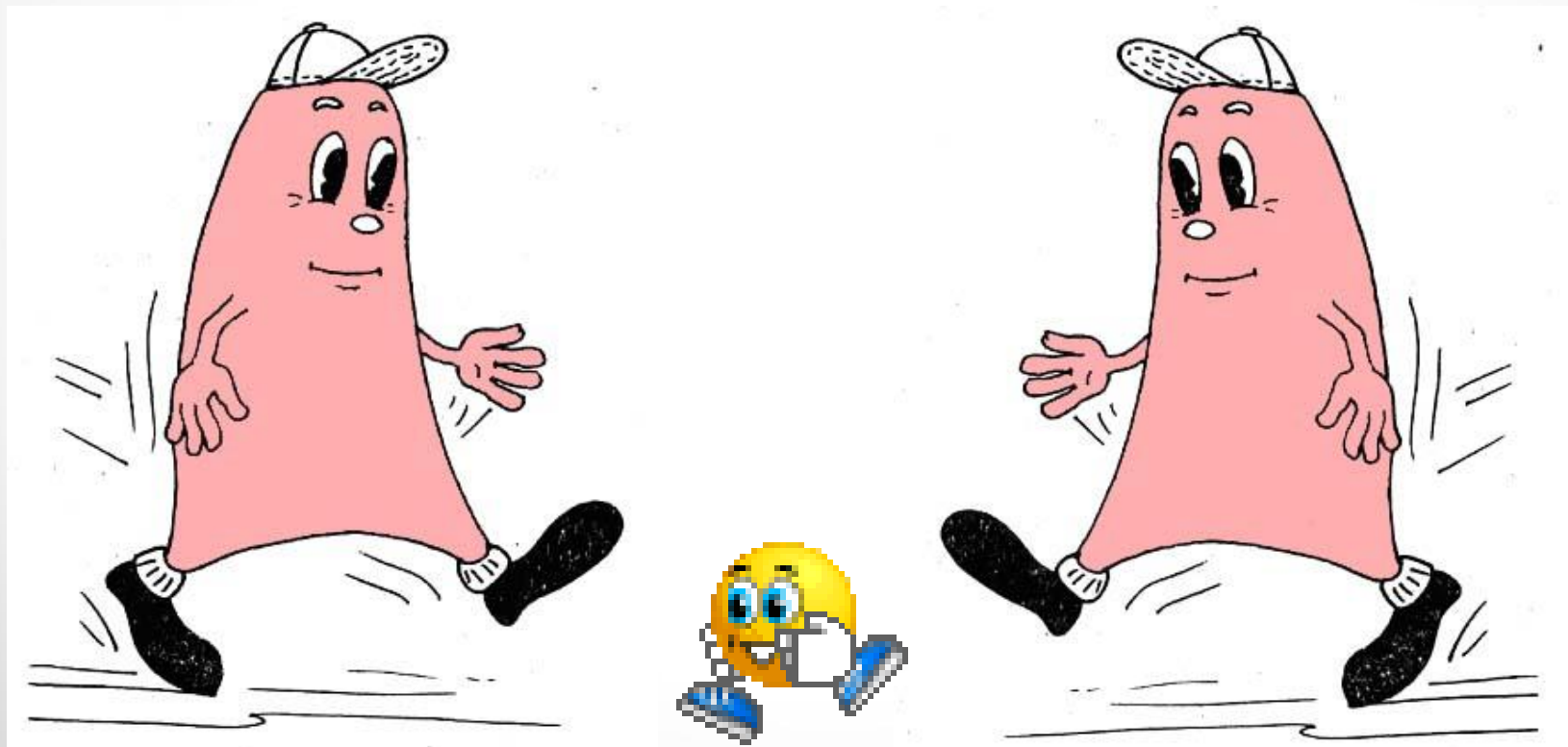
Упражнение «Змейка»





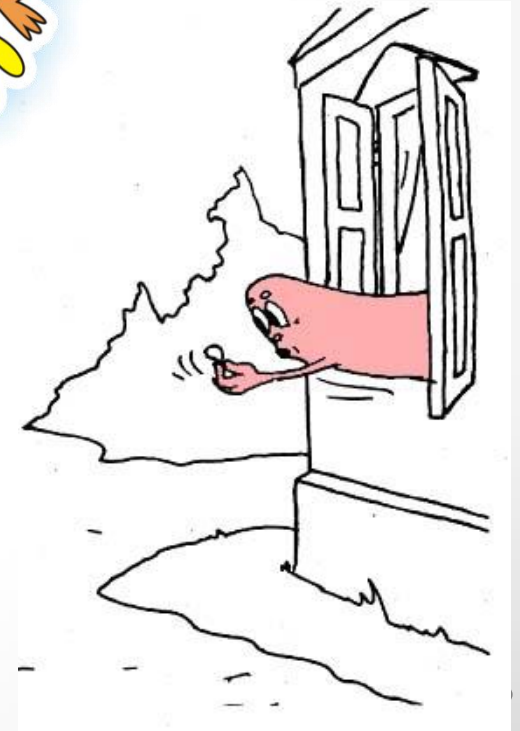
Потом посмотрел Язычок
налево,
посмотрел направо:
гуляют ли дети на улице?

Упражнение «Часики»



После этого посмотрел Язычок
из окошка вниз: нет ли луж?
А потом вверх: светит ли солнышко?

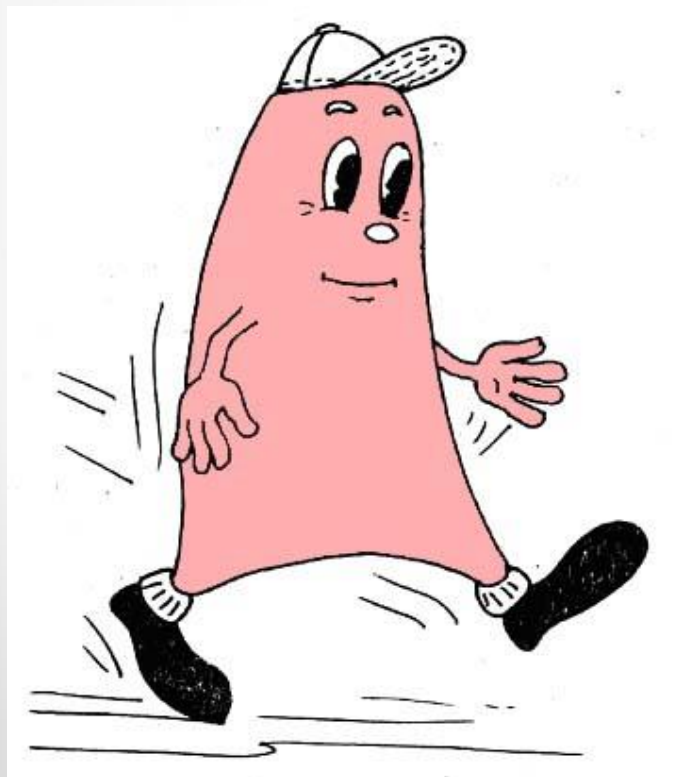
Упражнение «Качели»



Пошел Язычок в зоопарк и вдруг, слышит: ква-а-а, ква-а-а. Это были... Правильно, лягушки. Давай изобразим, как лягушки улыбались.

Упражнение «Улыбка»

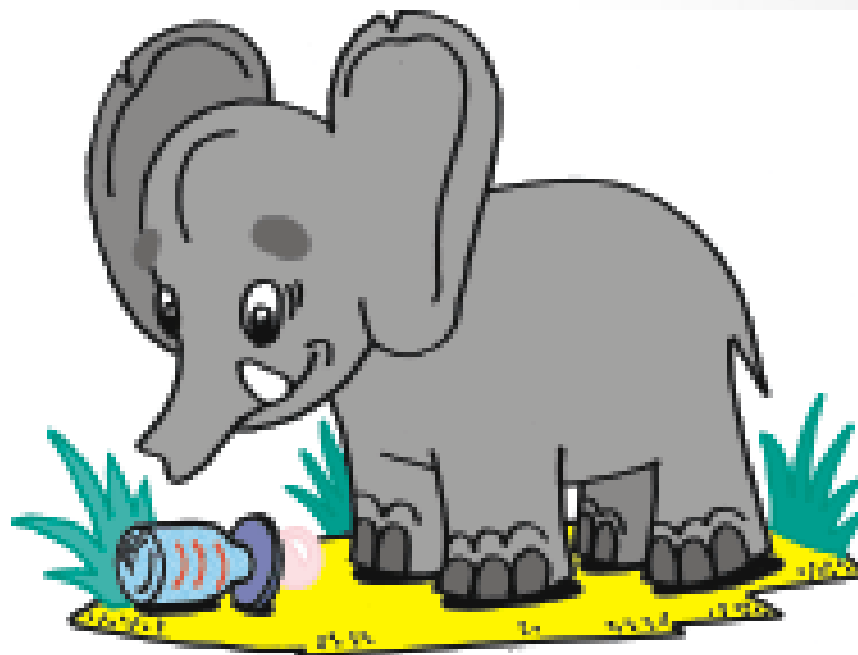
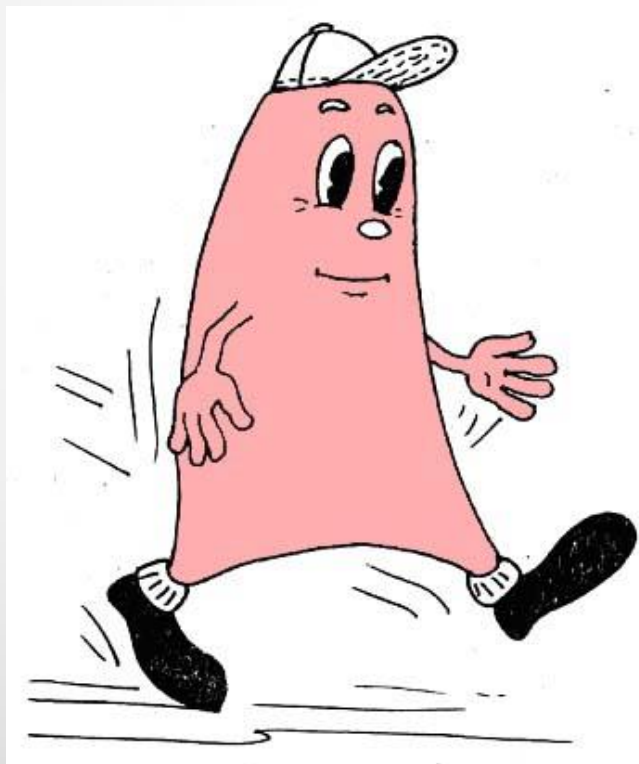
Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к ушкам.
Вы, сейчас, тяните губки –
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем, перестанем
И нисколько не устанем.



Идёт Язычок дальше. Ой, кто это такой большой с длинным носом? Да это же... слон! Давай покажем, какой у слона хобот!

Упражнение «Хоботок»

Буду подражать слону!
Губы «хоботом» тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.



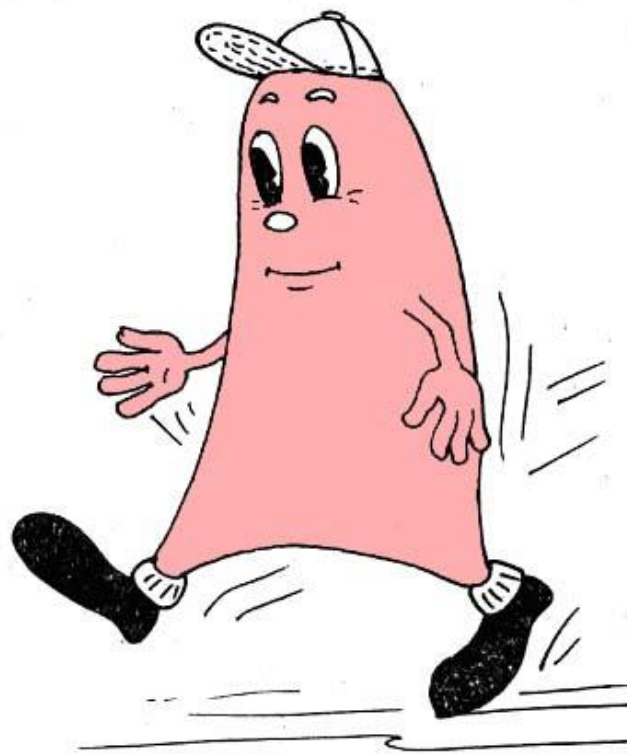
Полюбовался Язычок слонёнком и пошёл дальше.
Видит, лошадка детей катает. Захотел и сам прокатиться.
Сел язычок на лошадку, крикнул: «Но!» и поскакал.

Упражнение «Лошадка»



Прискакал домой к маме. А мама напекла много вкусных блинов.

Упражнение «Блинчик»



Стали мама с Язычком блинчики есть со сметаной и ароматным вкусным вареньем, да все губы испачкали. Надо губы аккуратно облизать.

Посмотри внимательно, всё ли варенье слизали? Ой, немножко на верхней губе осталось! Давай и это варенье слижем.



Упражнение «Вкусное варенье»

Блин мы ели с наслаждением
Перепачкались вареньем.
Чтоб варенье с губ убрать,
Ротик нужно облизать.

Поел Язычок блинчиков с вареньем и решил чаю выпить. Давай покажем, какая у него была красивая чашка.

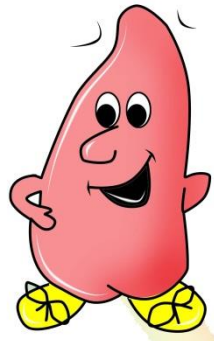
Упражнение «Чашечка»



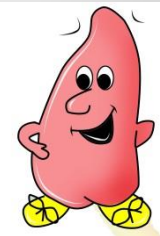
**Вкусных мы блинов поели,
Выпить чаю захотели.
Язычок мы к носу тянем,
Чашку с чаем представляем.**

УПРАЖНЕНИЯ С ЛОЖКОЙ

1. Язык - «Лопаточка». Похлопывать выпуклой частью чайной ложки по языку.
2. Толчками надавливать краем ложки на расслабленный язык.
3. Ложку перед губами, сложенными трубочкой, выпуклой стороной плотно прижать к губам и совершать круговые движения по часовой и против часовой стрелки.
4. Губы растянуть в улыбку. Выпуклой частью чайной ложки совершать круговые движения вокруг губ по часовой стрелке и против.
5. Взять по чайной ложечке в правую и левую руку и совершать легкие похлопывающие движения по щекам снизу вверх и сверху вниз.
6. Круговые движения чайными ложками по щекам (от носа к ушам и обратно) .
7. Похлопывание чайными ложками по щекам обеими руками одновременно от углов растянутого в улыбке рта к вискам и обратно.



«СЛАДКАЯ ЗАРЯДКА»



(упражнения с чупа-чупсом)

1. Сожмите чупа-чупс губами и попробуйте его удержать 5-10 секунд. Удерживая чупа-чупс губами, попробуйте подвигать палочкой сначала сверху - вниз, затем из стороны в сторону.
2. Приоткройте рот, губы разведены в улыбку, сделайте чашечку, положите в чашечку чупа-чупс и попробуйте удержать леденец только языком.
3. Поднимите широкий язык к небу, прижать чупа-чупсом «грибок» к небу.
4. Двигайте леденцом по средней линии языка от кончика к корню и обратно 5-10 раз.





Желаю успехов!

