

Комплекс артикуляционной гимнастики.

Подготовила:
Учитель-логопед
Чигина Софья Борисовна

Почему необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха, некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно.

2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, их мышцы будут уже подготовлены.

3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».

4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволяют всем: и детям, и взрослым - научиться говорить правильно, чётко и красиво.



Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы выработываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 2 – 3 раза в день по 3 – 5 минут.

2. Каждое упражнение выполнять по 5 – 7 раз.

3. Статические упражнения выполняются по счету от 5 до 10 – 15 (удержание артикуляционной позы в одном положении).

4. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

5. Лучше всего, если все упражнения проводятся перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом, но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

6. Взрослый показывает выполнение упражнения.

7. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

**Комплекс артикуляционной гимнастики для свистящих звуков
[С], [С'], [З], [З'], [Ц]**

«Заборчик» — широко улыбнуться, показать сжатые зубы (верхние зубы стоят ровно на нижних). Удерживать такое положение 5-7 с. Повторить 4-5 р.



«Хоботок» — вытянуть губы вперёд трубочкой (зубы сжаты). Удерживать в таком положении 5-7 с. Повторить 4-5 р.



«Заборчик» - «Хоботок» - чередовать упражнения, на раз - "Заборчик", на два - "Хоботок". Нижняя челюсть не двигается, двигаются только губы. Повторять по 5-6 раз.



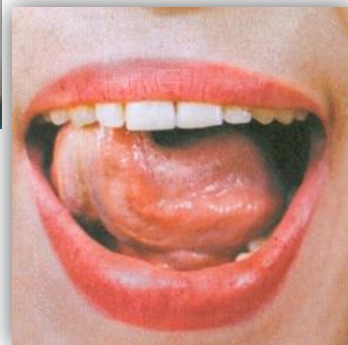
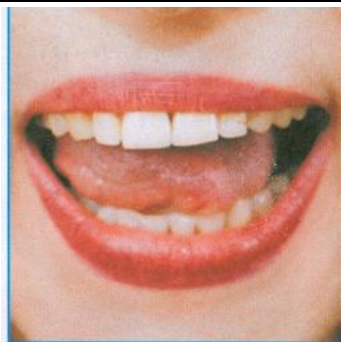
«Лопатка» - рот открыт, губы в улыбке, положить язык на нижнюю губу «лопаткой», боковые края касаются углов рта. В спокойном, расслабленном состоянии удерживать язык под счёт до 5-10.



«Иголка» - рот открыт, губы растянуты в улыбке, высунуть язык наружу «иголочкой», тянуться к отодвигаемому от языка пальцу или карандашу, сильно вытягивать язык вперёд. Следить, чтобы губы и челюсть были неподвижны.



«Чистим зубы» — открыть широко рот, улыбнуться, показав зубы. Затем кончиком языка «чистить зубы» изнутри, двигая им влево-вправо (сначала нижние, потом верхние). Кончик языка должен находиться за зубами. Губы улыбаются все время, нижняя челюсть не двигается. Повторить по 5-6 движений в каждую сторону.



«Качели» - рот открыт, губы в улыбке, поднять кончик языка за верхние зубы, затем опустить кончик языка за нижние зубы. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.



«Горка» — широко открыть рот, улыбнуться, показать зубы. Кончиком языка упереться в нижние зубы. Спинка языка поднимается вверх. Язык твёрдый, не «вываливается» на зубы. Удерживать в таком положении под счёт до 5-10. Повторить 4-5 р.



**Комплекс артикуляционной гимнастики для шипящих звуков
[Ш], [Ж], [Ч], [Щ]**

«Заборчик» — широко улыбнуться, показать сжатые зубы (верхние зубы стоят ровно на нижних). Удерживать такое положение 5-7 с. Повторить 4-5 р.



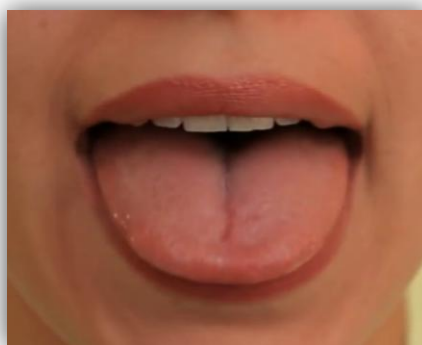
«Хоботоқ» — вытянуть губы вперёд трубочкой (зубы сжаты). Удерживать в таком положении 5-7 с. Повторить 4-5 р.



«Заборчик» - «Хоботоқ» - чередовать упражнения, на раз - "Заборчик", на два - "Хоботоқ". Нижняя челюсть не двигается, двигаются только губы. Повторять по 5-6 раз.



«Лопатка» - рот открыт, губы в улыбке, положить язык на нижнюю губу «лопаткой», боковые края касаются углов рта. В спокойном, расслабленном состоянии удерживать язык под счёт до 5-10.



«Иголка» - рот открыт, губы растянуты в улыбке, высунуть язык наружу «иголочкой», тянуться к отодвигаемому от языка пальцу или карандашу, сильно вытягивать язык вперёд. Следить, чтобы губы и челюсть были неподвижны.



«Лошадка» - рот закрыт, присосать к нёбу язык и оторвать со щелчком. «Пощёлкай язычком, как лошадка стучит копытами».



«Вкусное варенье» — широким плоским кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз. Повторить 3-5 раз.



«Грибок» - рот открыт, губы в улыбке. Широкий язык присосать к твёрдому нёбу. Удерживать под счёт до 5-10.



«Гармошка» - присосать спинку языка всей плоскостью к твёрдому нёбу (упражнение «Грибок»). Не отпуская языка, закрывать и открывать рот, растягивая подъязычную связку.



«Чашечка» — широко открыть рот, улыбнуться, высунуть язык изо рта, подняв кончик и боковые края языка, образуя «чашечку». Удерживать так 5-10 с. Повторить 4-5 р.



Комплекс артикуляционной гимнастики для звуков [P], [P']

«Заборчик» — широко улыбнуться, показать сжатые зубы (верхние зубы стоят ровно на нижних). Удерживать такое положение 5-7 с. Повторить 4-5 р.



«Хоботоқ» — вытянуть губы вперёд трубочкой (зубы сжаты). Удерживать в таком положении 5-7 с. Повторить 4-5 р.



Заборчик» - «Хоботоқ» - чередовать упражнения, на раз - "Заборчик", на два - "Хоботоқ". Нижняя челюсть не двигается, двигаются только губы. Повторять по 5-6 раз.



«Лопатка» - рот открыт, губы в улыбке, положить язык на нижнюю губу «лопаткой», боковые края касаются углов рта. В спокойном, расслабленном состоянии удерживать язык под счёт до 5-10.



«Иголка» - рот открыт, губы растянуты в улыбке, высунуть язык наружу «иголкой», тянуться к отодвигаемому от языка пальцу или карандашу, сильно вытягивать язык вперёд. Следить, чтобы губы и челюсть были неподвижны.



«Лошадка» - рот закрыт, присосать к нёбу язык и оторвать со щелчком. «Пощёлкай язычком, как лошадка стучит копытами».



«Вкусное варенье» — широким плоским кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз. Повторить 3-5 раз.



«Грибок» - рот открыт, губы в улыбке. Широкий язык присосать к твёрдому нёбу. Удерживать под счёт до 5-10.



«Гармошка» - присосать спинку языка всей плоскостью к твёрдому нёбу (упражнение «Грибок»). Не отпуская языка, закрывать и открывать рот, растягивая подъязычную связку.



«Маляр» — широко открыть рот, улыбнуться, показав зубы. Кончиком языка «красить потолок», двигая им по твёрдому нёбу вперёд-назад. Повторить по 5—6 раз в каждую сторону.



«Дятел» – рот открыт, губы в улыбке, боковые края языка упираются в боковые верхние зубы. Многократно барабанить широким кончиком языка по верхней десне: д-д-д, постепенно убыстряя темп. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, губы оставались в улыбке, звук носил характер чёткого удара, чтобы ощущалась выдыхаемая струя воздуха.



Комплекс артикуляционной гимнастики для звуков [Л], [Л']

«Заборчик» — широко улыбнуться, показать сжатые зубы (верхние зубы стоят ровно на нижних). Удерживать такое положение 5-7 с. Повторить 4-5 р.



«Хоботок» — вытянуть губы вперёд трубочкой (зубы сжаты). Удерживать в таком положении 5-7 с. Повторить 4-5 р.



«Заборчик» - «Хоботок» - чередовать упражнения, на раз - "Заборчик", на два - "Хоботок". Нижняя челюсть не двигается, двигаются только губы. Повторять по 5-6 раз.



«Лопатка» - рот открыт, губы в улыбке, положить язык на нижнюю губу «лопаткой», боковые края касаются углов рта. В спокойном, расслабленном состоянии удерживать язык под счёт до 5-10.



«Иголка» - рот открыт, губы растянуты в улыбке, высунуть язык наружу «иголочкой», тянуться к отодвигаемому от языка пальцу или карандашу, сильно вытягивать язык вперёд. Следить, чтобы губы и челюсть были неподвижны.



«Лошадка» - рот закрыт, присосать к нёбу язык и оторвать со щелчком. «Пощёлкай язычком, как лошадка стучит копытами».



«Грибок» - рот открыт, губы в улыбке. Широкий язык присосать к твёрдому нёбу. Удерживать под счёт до 5-10.



«Маляр» — широко открыть рот, улыбнуться, показав зубы. Кончиком языка «красить потолок», двигая им по твёрдому нёбу вперёд-назад. Повторить по 5—6 раз в каждую сторону.



«Индюк» - рот открыт, губы в улыбке. Положить широкий язык на верхнюю губу и производить движения вперёд-назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживать её. Сначала нужно производить медленные движения, потом, постепенно убастря темп, добавить звук голоса, пока не послышатся звуки бл-бл (как индюк «болбочет»).



«Парус» - рот открыт, губы в улыбке. Широкий кончик языка за верхними зубами в форме «паруса». Удерживать под счёт до 5-10 раз.



«Пароход гудит» - губы в улыбке, зубы «заборчиком», кончик языка зажать между зубами, длительно произносим звук ыыы.



Рекомендации к проведению упражнений:

- Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу)?

- Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.

Если вы не поняли, как выполнять то или иное упражнение, лучше подойти за консультацией к учителю-логопеду.

УСПЕХОВ ВАМ!!!