

Комплекс артикуляционной гимнастики для детей младшего дошкольного возраста

МАДОУ Д/С №21

Воспитатель: Умрихина Н.В

Специально подобранные упражнения позволяют улучшить работы мышц, участвующих в процессе речи, поставить дыхание, помочь в правильной постановке звуков.

Упражнения для языка:

Лопатка - Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий расслабленный язык положить на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении в течение 5 секунд. Затем убрать язык и закрыть рот.

Упражнение повторить 3 раза.

Полакаем, как котенок - Рот открыт. Губы в улыбке. Высовывать изо рта и втягивать обратно широкий язык, совершая движения в течение 5 секунд.

Упражнение повторить 3 раза.

Иголочка - Рот открыт. Губы в улыбке. Высунуть изо рта вперед узкий и острый, как жало, напряженный язык. Удерживать позу в течение 5 секунд. Затем убрать язык и закрыть рот.

Упражнение повторить 3 раза.

Часики (Маятник) - Рот открыт. Губы в улыбке. Высунуть узкий, как жало, язык и совершать им движения из одного угла рта к другому и обратно.

Выполнить 5 движений.

Качели - Рот открыт. Губы в улыбке. Высунуть острый, как жало, язык и совершать им движения, то поднимая язык к носу, то опуская его к подбородку.

Выполнить 5—10 движений.

Обезьянка - Рот открыт. Губы в улыбке. Поместить кончик языка между нижней губой и нижними зубами и удерживать такую позу в течение 5 секунд. Затем, подняв кончик языка вверх, вставить его между верхними зубами и верхней губой, сохраняя такое положение также в течение 5 секунд.

Произвести перемену положений 2 раза.

Орешки - Рот открыт. Кончиком языка изнутри оттопырить правую щеку и удерживать эту позу в течение 3 секунд. Затем так же оттопырить левую щеку и удерживать в течение того же времени.

Произвести перемену поз 2 раза.

Лошадка - Рот открыт. Губы в улыбке. Присосать широкий кончик языка к бугоркам за верхними зубами, а затем со щелчком оторвать. Сначала упражнение выполнять в медленном темпе, постепенно его убыстрять.

Длительность выполнения 5 секунд.

Упражнения для губ, щек и нижней челюсти:

Птенчик - Открыть рот широко и удерживать его в таком положении в течение 5 секунд. Закрыть рот. Язык при выполнении упражнения спокойно лежит на дне ротовой полости.

Упражнение повторить 3 раза.

Трубочка - Губы вытянуть вперед, как при произнесении звука [у], и удерживать в таком положении в течение 5 секунд. Затем принять нейтральное положение. Язык при выполнении упражнения спокойно лежит на дне ротовой полости.

Упражнение повторить 3 раза.

Улыбка - Широко улыбнуться, чтобы были видны верхние и нижние зубы (челюсти сжаты), и удерживать губы в таком положении в течение 3—5 сек. Затем принять нейтральное положение. Язык при выполнении упражнения спокойно лежит на дне ротовой полости.

Упражнение повторить 3 раза.

Малыш - Губы вытянуть хоботком, как при произнесении звука [у], и удерживать в таком положении в течение 3 секунды. Затем широко открыть рот, как при произнесении звука [а], и удерживать эту позу также 3 секунды.

Произвести перемену артикуляционных поз 3 раза.

Лягушка - Широко улыбнуться, чтобы были видны верхние и нижние зубы (челюсти сжаты). Удерживать улыбку в течение 3 секунд. После этого, сохраняя положение губ, разомкнуть зубы на 1 см, подержать в таком

положении в течение 3 секунд, а затем сомкнуть зубы, по-прежнему удерживая на губах улыбку.

Произвести смену артикуляционных поз 3 раза.

Шарик - Рот закрыт. Щеки надуть воздухом и удерживать их в таком положении в течение 5 секунд. Затем выпустить воздух через губы. Если у ребенка это упражнение не получается, то можно предложить ему просто подуть, сжав в этот момент губы пальцами, в результате чего воздух изнутри «надует» щеки.

Упражнение повторить 3 раза.

Заборчик - Рот закрыт. Зубы сжаты. Отвести губы в стороны, обнажив зубы. Удерживать губы в таком положении в течение 5 секунд.

Упражнение повторить 3 раза.