

## «Артикуляционная гимнастика»

### (для укрепления мышц артикуляционного аппарата).

Когда маленький ребенок, пытаясь что-то сказать родителям, забавно коверкает звуки, это вызывает улыбку умиления у всех. Но, время идет, малыш подрастает и все так же продолжает не выговаривать слова. И теперь уже родителям не до улыбок. Возникает проблема, которую необходимо решать.

Формирование правильного произношения обычно заканчивается к пяти годам, но, к сожалению, иногда этот процесс затягивается. Это только кажется, что произносить звуки очень просто. На самом деле этот процесс сложен. Он затрагивает многие органы: губы, язык, мягкое небо и нижнюю челюсть. Причем все они обязательно должны работать сообща. Подвижность этих органов у ребенка развивается долго и постепенно.

Очень многие родители не могут на слух определить проблему с артикуляцией, а некоторые считают, что она решится сама по себе со временем. Это неверно. Неправильное произношение само не пройдет.

Ребенку сможет помочь артикуляционная гимнастика.

**Артикуляционная гимнастика** — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объем и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую для произнесения того или иного звука.

**Артикуляционная гимнастика** — упражнения для тренировки органов артикуляции необходимые для правильного звукопроизношения.

### **Рекомендации к проведению упражнений:**

-- Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

— Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. 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 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

— 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.

— Лучше заниматься 2 раза в день (утром и вечером) в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка.

-- Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

-- Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

-- При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

— Занимаясь с ребенком 3-4 летнего возраста, следите чтобы ребенок усвоил основные движения.

— К ребенку 4-5 лет требования повышаются: движения должны быть всё более чёткими и плавными, без подёргиваний.

— В 6-7 лет ребенок выполняет упражнения в быстром темпе и умеет удерживать положение языка некоторое время без изменений.

Некоторая детская напряженность в самом начале занятий вполне естественна. Со временем малыш расслабится, и будет вести себя более непринужденно. Взрослый должен постараться создать положительный эмоциональный настрой, чтобы не отпугнуть маленького ученика и не вызвать у него отрицательных эмоций.

**Для каждой возрастной группы можно подобрать свой комплекс занятий.**

### **Упражнения для детей 3-4 лет**

**Артикуляционная гимнастика для детей 3 - 4 лет может содержать следующие задания:**

#### **«Часики»**

- Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счёт педагога к уголкам рта.

Маятник туда, сюда

Делает вот так: «Раз – два»

#### **«Горка»**

- Рот открыть. Кончик языка упереть в нижние зубки, спинку языка поднять вверх.

Санки привезли ребятки  
Горка есть и – всё в порядке!

#### **«Лопаточка»**

- Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

Язык широкий покажи  
И лопатку поддержи.

#### **«Вкусное варенье»**

- Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу (язык – широкий, боковые края его касаются углов рта), делая движения языком сверху вниз, а не из стороны в сторону. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не «подсаживала» язык наверх – она должна быть неподвижной (можно придерживать её пальцем).

Губка верхняя в варенье  
Ах, неаккуратно ел.  
Вот облизывать придётся  
Будто нету других дел.

#### **«Качели»**

- Рот открыт. Напряжённым языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним зубам.

А сейчас качели вверх  
Тянем, тянем до небес.  
Вниз теперь их полёт  
И никто не отстаёт.

«Ветерок». На ладошку ребенка кладется кусочек ваты, который необходимо сдуть. Выдох может быть коротким или длинным, слабым или сильным.

### Упражнения для детей 4, 5, 6 лет

Артикуляционная гимнастика для детей 4 - 6 лет может содержать те же упражнения, что и для младшего возраста. Их легко можно придумывать самостоятельно или пользоваться готовыми наработками. Только в этом случае упор делается на четкость и правильность их выполнения. Если занятия для ребенка не новы, то он привыкает к ним и с удовольствием предлагает заниматься снова и снова.

#### «Чашечка»

- Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается к низу. В таком положении язык удерживать от 1 до 5-10.

Язычок наш поумнел.  
Чашку сделать он сумел.  
Можно чай туда налить.  
И с конфетами попить.

#### «Маляр»

- Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведём от верхних зубов до мягкого нёба.

Язычок наш – кисточка, нёбо – потолок.  
Белит нёбо кисточка за мазком, мазок.  
Сделано немало, кисточка устала.

#### «Змейка»

- Рот открыт. Узкий напряжённый язык выдвинут вперёд.

Осторожно народ:  
Змея в пещере живёт.  
Кто её не хвалит,  
Того она ужалит.

#### «Лошадка»

- Присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

Вот лошадка скачет ловко,  
У лошадки есть сноровка!  
Много, много в цирке лет,  
А ребятам всем – привет!

#### «Грибок»

- Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

На тонкой ножке вырос грибок,  
Он не мал и не велик.  
Присосался язычок!  
Несколько секунд – молчок!

#### «Гармошка»

- Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз верхнюю челюсть.

Непослушный язычок  
Делает вот так – молчок!  
Челюсть нижняя вниз  
Это вовсе не каприз.  
Гармошку делать продолжаем!  
Рот закрываем, открываем.

#### «Болтушка – индюк»

- Рот открыт. Губы в улыбке. Производить широким передним краем языка движения по верхней губе вперед-назад, стараясь не отрывать язык от губы, кончик слегка загнуть, как бы поглаживать губу. Сначала производить медленные движения, потом убыстрять темп и добавить голос, пока не послышатся звуки бл-бл.

Следить, чтобы язык не сужался (язык должен облизывать верхнюю губу, а не выдвигаться вперед), чтобы верхняя губа не натягивалась на зубы, нижняя челюсть не двигалась.

По двору индюк ходил  
Бл-Бл-Бл  
Хвост, как веер, распустил.  
Бл-Бл-Бл  
Вот какой красивый я,  
Бл-Бл-Бл  
Полубуйтесь на меня!

#### «Пароход»

- Прикусить кончик языка и длительно произносить звук «Ы» (как гудит пароход).

Отплывает пароход  
Ы-Ы-Ы-Ы  
Набирает он свой ход.  
Ы-Ы-Ы-Ы  
Он в гудок гудит, гудит  
Ы-Ы-Ы-Ы  
«Путь счастливый говорит»  
Ы-Ы-Ы-Ы

#### «Барабанщики - дятел»

- Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук «Д-Д-Д...». Сначала звук «Д» произносить медленно, затем постепенно убыстрять темп. Следить, чтобы рот был всё время открыт, губы – в улыбке, нижняя челюсть неподвижна, работал только язык. Звук «Д» должен носить характер четкого удара.

Дятел, дятел тук-тук-тук.  
Д-Д-Д-Д  
Ты чего стучишь, мой друг!  
Д-Д-Д-Д  
-Я не зря во рту стучу  
Д-Д-Д-Д  
Звукам правильным учу.  
Д-Д-Д-Д