

**Артикуляционная гимнастика** подобна утренней зарядке: усиливает кровообращение, развивает гибкость органов речевого аппарата, укрепляет мышцы лица. Чтобы ребёнок правильно произносил звуки, речь была четкой и понятной другим людям, его губы и язык должны быть сильными, а движения точными. Бытует мнение, что артикуляционная гимнастика – это не столь важное, порой даже скучное занятие, которым можно и не заниматься.

### **Что можно сделать, чтоб подобные занятия были в радость ребёнку, доступны ему и понятны?**

А начинать развитие артикуляционных умений необходимо с бытовых навыков гигиены и приёма пищи, используя непроизвольные движения языка, челюсти и губ в виде игр.

Приведём примеры некоторых игр:

### **Упражнения для губ и щек**

#### **1. Массаж щек.**

*Описание:* Похлопывание и растирание щек. Покусывание щек изнутри.

#### **2. Сытый хомячок.**

*Описание:* губы сомкнуты, можно даже придержать их руками, зубы разомкнуты, «набрать полный рот воздуха» - надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно. Удерживать щеки надутыми 3-5 сек (учитывайте возможности ребенка).

#### **2. «Хомячок»**

Ребёнок набирает в рот воды так, чтобы обе щеки надулись. Затем кулачками бьёт по щекам и с силой выпускает струю воды в раковину.

#### **3. Голодный хомячок.**

*Описание:* губы сомкнуты, зубы разомкнуты, втянуть щеки внутрь, сначала можно помочь руками.

#### **4. Шарик лопнул.**

*Описание:* Губы закрыты, зубы разомкнуты. Хлопнуть кулачками по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом

Можно набрать немного воды и гонять её из одной щеки в другую.

#### **5. «Яблочко»**

Ребёнку кладём кусочек яблочка за щеку и просим языком вытащить его оттуда. Тоже производят с другой щекой.

Упражнение выполняем обязательно в **присутствии взрослого!!!**

### **Упражнения для губ**

#### **1. Улыбка.**

*Описание:* зубы в естественном прикусе (верхние зубы слегка перекрывают нижние), растянуть губы в улыбку. Удерживать 5-10 секунд.

#### **2. Трубочка.**

*Описание:* зубы в естественном прикусе, вытягивать губы вперед длинной трубочкой («как хобот у слона»). Можно предложить ребенку изобразить «Воздушный поцелуй»

**3. Заборчик.** (Цель – формирование правильной позы органов артикуляции для произнесения свистящих звуков).

*Описание:* Губы в улыбке, зубы стоят друг на друге (прямой прикус) и видны. Просьба – «Поставь зубки друг на друга (если не получается сразу, предложите «погрызть» передними

зубами морковку, «как зайчик») и улыбнись, чтобы было видно все зубки». Удерживать 5-10 секунд.

**4. Бублик.** (Цель – формирование правильной позы органов артикуляции).

*Описание:* Зубы сомкнуты, стоят друг на друге. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

**5. Заборчик - Бублик. Улыбка - Хоботок.** (Цель – развитие подвижности губ, необходимой для переключения со свистящих на шипящие).

*Описание:* Чередование положений губ. Сначала каждая поза фиксируется на 3-5 секунд, затем, если упражнение выполняется правильно, темп переключений увеличивается.

*Внимание:* следить за тем, чтобы в процессе движений губ зубы не сдвигались и не размыкались.

**6. Кролик.** (Цель – формирование правильной позы органов артикуляции для губно-зубных звуков В и Ф).

*Описание:* Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

**7. «Бусинки»**

Кладём на тарелку крупные крошки печенья или маленькие круглые конфетки. Просим малыша губами собрать их, представив себе, что он собирает рассыпанные бусинки. Или просим губами перенести «бусинки» с одной тарелки на другую.

### Упражнения для развития подвижности губ

**1. Массаж губ зубами.**

*Описание:* Покусывание и почесывание зубами сначала верхней, а потом нижней губы.

**2. Пятачок.**

*Описание:* Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.

**3. Рыбки разговаривают.**

*Описание:* Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук ППП без выдоха).

**4. Еще Рыбки разговаривают.**

*Описание:* Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку (вертикально) и двумя пальцами другой руки нижнюю губу (вертикально) и растягивать их вверх-вниз.

**5. Снова Рыбки разговаривают.**

*Описание:* Губы сомкнуты, зубы разомкнуты. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя". Воздух втягивается внутрь.

**6. Уточка.**

*Описание:* Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки.

**7. Недовольная лошадка.**

*Описание:* Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади. Губы должны быть расслаблены. Упражнение выполнять «серьезно» - если улыбаться, то не получится.

**8. Спрятать зубки.**

*Описание:* Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам. Зубы неплотно смыкаются, губы не видны.

### Упражнения для развития подвижности нижней челюсти

**1. Трусливый птенчик.**

*Описание:* Широко открывать и закрывать рот, губы улыбаются. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок - "птенчик" сидит в гнездышке и не

высовывается (неподвижно лежит на дне ротовой полости). Упражнение выполняется ритмично.

## **2. Акулы.**

*Описание:* Рот приоткрыт, На счет "один" челюсть двигается вправо, на "два" - челюсть возвращается на место, на счет "три" - челюсть двигается влево, на "четыре" - челюсть возвращается на место, на "пять" - челюсть выдвигается вперед, на "шесть" – челюсть возвращается на место. Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.

## **Еще несколько упражнений для маленьких.**

### **1. «Облизывание тарелок»**

Намазываем гладкую поверхность тарелки вареньем, творогом, манной кашей, сгущённым молоком или другим продуктом, который не противопоказан ребёнку. Ребёнок берёт тарелку двумя руками и начинает облизывать широким языком.

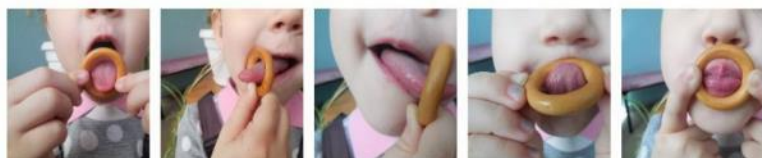
### **2. «Сладкая зарядка» (упражнения с чупа-чупсом)**

Разверните леденцы и давайте немного поиграем.

- 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.
- Приоткройте рот, губы разведены в улыбку, сделайте чашечку, положите в чашечку чупа-чупс и попробуйте удержать леденец только языком.
- Поднимите широкий язык к небу, прижать чупа-чупсом «грибок» к небу.
- Двигайте леденцом по средней линии языка от кончика к корню и обратно 5-10 раз.

### **3. Упражнения с сушками.**

- Сожми сушку губами и удерживай её.
- Сожми сушку зубами и удерживай её.
- Подвесь сушку на высунутый язык и удерживай под счет (до 5 – 10).



Упражнения проводятся обязательно в присутствии взрослого!!!!!!

### **4. Упражнения с солодкой.**

