

Артикуляционная гимнастика

Произношение звуков речи – это сложный навык, который происходит в результате сложного комплекса движений артикуляционных органов.

Движения губами, языком, челюстью развиваются у ребенка постепенно, т.е. прежде чем он начнет полноценно говорить, у него должен сформироваться этот сложный двигательный навык, формирование которого требует проведения специальных занятий.

Именно совокупностью этих специальных упражнений и является артикуляционная гимнастика, которая направлена на укрепление мышц артикуляционных органов, развитие их силы и дифференцированности движений.

Указания к проведению артикуляционной гимнастики

Проводить артикуляционную гимнастику необходимо ежедневно в течение 10 – 15 минут. Выполняются упражнения сидя перед зеркалом, чтобы ребенок мог контролировать движения губ и языка. Каждое упражнение повторяется 3-5 раз по 5 секунд (на счет до 5). Считает ребенок, загибая пальчики, либо про себя. Проводить эмоционально, желательно в игровой форме.

Упражнения для мимической мускулатуры

«Нахмуриться». Соединить брови у переносицы.

«Удивиться». Поднять равномерно брови вверх.

Чередование упражнений: **«Нахмуриться» - «Удивиться».**

Подмигнуть одним глазом, потом другим глазом.

На счет «1» - открыть рот; на счет «2» - закрыть рот.

Упражнения для щёк

«Толстячок». Щеки надуть.

«Худышка». Щеки втянуть.

Чередование упражнений: **«Толстячок»-«Худышка».**

«Рыбка». Щеки втянуть, при этом смыкать и размыкать губы.

«Сытый хомяк». Набираем воздух в щеки и удерживаем воздух во рту, попеременно перекачиваем воздух из одной щеки в другую.

«Ухмылка» влево – вправо.

«Футбол» («Орешки»). Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.

«Мойщик». Помыть каждую щеку языком «вверх-вниз».

Упражнения для губ

«Улыбка». Удержание губ в улыбке. Зубы не видны.

«Хоботок». Вытягивание сомкнутых губ вперед.

Чередование положений губ: **«Улыбка» - «Хоботок».**

«Рисуем круг губами».

Выполняем упражнение «Хоботок» и рисуем круг губами.

«Заборчик». Рот закрыт. Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.

«Бегемот». Рот широко открыт, верхние и нижние резцы видны, язык касается нижних резцов и спокойно лежит в ротовой полости.

Чередование положений губ: **«Заборчик» - «Бегемот».**

«Дудочка». Вытягивание губ вперед длинной трубочкой. Длительно произнести звук «У».

«Баба-яга». Открываем рот и вытягиваем губы.

«Рупор». Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

«Кролик». Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

«Лошадка фырчит». Дует воздушной струей в губы, вызывая их вибрацию.

«Зовём собачку». Чмокать вытянутыми губами «звать собачку».

«Дразнилка». Высунуть язык, с большой силой выдохнуть на него, чтобы получилась вибрация.

«Силич». Удерживать карандаш верхней губой, прижимая его к носу.

«Отними». Держим губами чистый носовой платок, тянем за него, пытаемся отнять.

Статические упражнения для языка

«Иголочка» Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

«Блинчик» Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

Чередование упражнений: **«Иголочка» - «Блинчик».**

«Чашечка» Рот широко открыт. Передний и боковые края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

«Горка» Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка поднята вверх.

«Желобок» Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам.

«Трубочка» Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх. Дышим через трубочку, щеки не раздуваются.

«Грибок» Рот открыт. Язык присосать к небу.

Динамические упражнения для языка

«Часики» Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком языка попеременно тянуться к уголкам рта под счёт взрослого (тик-так).

«Качели» Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

«Футбол» Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.

«Почистить зубы» Круговым движением языка повести между губами и зубами.

«Почистить язык» Протаскивать язык сквозь плотно зажатые зубы.

«Накажем непослушный язычок» Положить широкий язык между зубами, жуём язык до лёгких болевых ощущений со звуком ТА-ТА-ТА...

«Месим тесто» Хлопаем губами по широкому языку, произнося ПЯ-ПЯ-ПЯ.

«Индюк» Приоткрыть рот, энергично проводить широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, добавить голос, пока не послышится: бл-бл (как индюк балабочет).

«Лошадка» Широко улыбнуться. Присосать язык к небу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку. Подбородок не подвижен. Можно его зафиксировать пальчиком.

«Гармошка» Рот открыт. Язык присосать к небу. Не отрывая язык от неба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

«Маляр» Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого неба.

«Вкусное варенье» Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта. Движения языка сверху вниз.

«Зовём белочку» Губы в широкой улыбке. Рот открыт. Цокать языком за верхними резцами. Подбородок должен оставаться неподвижным.

«Барабанщик» Улыбнуться, открыть рот. Постучать кончиком языка за верхними зубами, отчетливо произнося звук [Д]. Делать удары медленно, затем темп быстрее, следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась.