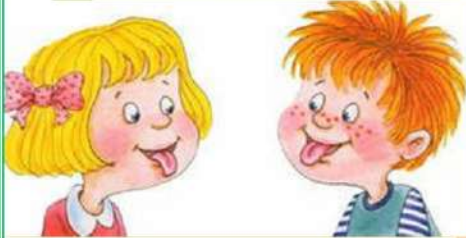


«Логопедическая Мозайка»



Тема номера: «Артикуляционные упражнения»

В этом выпуске:

Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

Рекомендации к проведению упражнений:

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

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

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

Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объём 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.

Причины, по которым 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, без помощи специалиста.
2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои

речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: 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». Надо помнить, что чёткое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.

Рекомендации к проведению упражнений:

выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы?

и вечером) в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка.

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.
- Лучше заниматься 2 раза в день (утром

- **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.

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



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

2. «Слоник» — вытянуть губы вперед трубочкой (зубы сжаты). Удерживать так 5-7 с. Повторить 4-5 р.



3. Чередовать упражнения «Заборчик» и «Слоник».

Нижняя челюсть не двигается, двигаются только губы. Повторять по 5—6 раз.

4. «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.

5. «Больной пальчик» — положить широкий плоский кончик языка между губами (т. е. губы слегка придерживают кончик языка) и подуть на палец. Воздух должен идти посередине языка через маленькую щель между языком и верхней губой. Делать глубокий вдох и долгий плавный выдох. Щеки не надуваются. Повторить 4-5 р.

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

7. «Ледяная горка» — сделать «горку» и указательным пальчиком ребенка надавить на «горку». Язык должен быть твердым и сопротивляться давлению пальца, не отодвигаться. Удерживать в таком положении под счет до 5. Повторить 4-5 р.

8. «Горка закрывается — открывается» — сделать «горку», а потом, не убирая язык от нижних зубов, сжать зубы (губы — в улыбке, зубы видны), затем открыть рот снова (язык все время упирается в нижние зубы). Выполнять под счет до 5. Повторить 4-5 р.

Комплекс артикуляционной гимнастики

для шипящих звуков [Ш], [Ж], [Ч], [Щ].

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

2. «Слоник» — вытянуть губы вперед трубочкой (зубы сжаты). Удерживать так 5-7 с. Повторить 4-5 р.

3. «Непослушный язычок» — широкий плоский кончик языка пошлепать губами, произнося «пя-пя-пя...». Повторить 4-5 раза.

4. «Блинчик на тарелочке» — широкий плоский кончик языка положить на нижнюю губу, сказав один раз «пя» («испекли блинчик и положили его остывать на тарелочку»). Язык не должен двигаться. Рот чуть-чуть приоткрыт. Удерживать такое положение 3-10 с. Повторить 4-5 р.



5. «Вкусное варенье» — широким плоским кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз. При этом должны быть видны нижние зубы (нижняя губа оттянута вниз, зубы не прикусывают язык). Повторить 3-5 раз.

6. «Индюк» — приоткрыть рот и широким кончиком языка быстро двигать по верхней губе вперед-назад, произнося звук, близкий к «бл-бл-бл...». Тянуть этот звук 5-7 с. Сделав сначала глубокий вдох.

7. «Подуй на чёлку!» — высунуть широкий кончик языка, поднять к верхней губе и подуть вверх. Воздух идет посередине языка, щеки не надуваются. Повторить 4-5 раз.

8. «Чашечка» — широко открыть рот, улыбнуться, показать зубы. Высунуть язык изо рта, подняв его передний и боковые края, образуя «чашечку». Удерживать так 5-10 с. Повторить 4-5 р. 1. «Заборчик»— широко улыбнуться, показать сжатые зубы .



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

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

2. «Слоник» — вытянуть губы вперед «трубочкой» (зубы сжаты). Удерживать так 5—7 с. Повторить 4-5 р.

3. Чередовать упражнения «Заборчик» и «Слоник». Зубы не двигаются, двигаются только губы. Повторять по 5—6 раз.



4. «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, зубы (нижняя челюсть) не двигаются. Повторить по 5—6 движений в каждую сторону.

5. «Вкусное варенье» — широким плоским кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз. При этом должны быть видны нижние зубы (нижняя губа оттянута вниз, зубы не прикусывают язык). Повторить 3—5 раз.

6. «Маляр» — широко открыть рот,

улыбнуться, показав зубы. Кончиком языка «красить потолок», двигая им по твердому небу вперед-назад (до зубов и подальше к горлышку). Язык не должен выскакивать за зубы, отрываться «от потолка» и двигаться влево-вправо. Зубы (нижняя челюсть) не двигаются. Повторить по 5—6 движений в каждую сторону.

7. «Лошадка» — приоткрыть рот, улыбнуться, показав зубы. Цокать языком медленно-быстрее-быстро-медленно, с короткими паузами для отдыха. Широкий кончик языка сначала присасывается к небу, а потом свободно шлепается вниз. Стараться смотреть на язык и не двигать нижней челюстью.



8. «Грибок» — приоткрыть рот, показать зубы. Цокнув языком, снова присосать широкий плоский язык к небу и удерживать так 5-10 с (уздечка языка — это «ножка грибка», сам язык — его «шляпка»). Повторить 2-3 раза.

9. «Гармошка» — сделать «грибок» и удерживая язык, потягивать его уздечку, широко открывая рот, а затем сжимая зубы. Повторить 6-8 раз.

Упражнения для мышц мягкого неба и глотки.

1. Позевывание.

2. Глотание капелек воды, слюны. Можно набирать сладкую воду в пипетку и капать ребенку на мягкое небо, стимулируя глотание.

3. Полоскание горла.

4. Резкое отрывистое произнесение звуков: а-а-а; э-э-э; аэ-аэ-аэ.

5. Покашливание.

В наиболее трудных случаях полезно использовать механические раздражители для активизации мягкого неба — металлические шпатели, бумажные трубочки, деревянные палочки.

Упражнения для нижней челюсти.

1. Открывание и раскрытие рта. Причем как свободное, так и с сопротивлением рукам взрослого.

2. Жевательные движения.

3. Движения нижней челюсти влево-вправо.

Упражнения для щек.

- 1.** Надувание щек: обеих одновременно и попеременно.
- 2.** Перегонка воды из одной щеки в другую.
- 3.** Втягивание щек в ротовую полость между зубами.



Упражнения для укрепления кончика языка, расслабления корня языка, растягивания подъязычной складки («уздечки»).

- 1.«Лопатка».** Широкий язык спокойно лежит на нижней губе.
- 2.«Часики».** Отведение кончика языка к углам рта вправо-влево. Нижняя челюсть при этом неподвижна.
- 3.** Покусывание языка зубами по всей его поверхности, постепенно высовывая язык и снова его втягивая.
- 4.«Качели».** Рот широко открыт, движения языка вверх-вниз, за верхние зубы – за нижние зубы.
- 5.** Вялый, спокойный язык просовывается между губами, рот приоткрыт, но не широко. Ребенок произносит: пя-пя-пя.
- 6.** Сплювывание с кончика языка риса, гороха, семечек.
- 7.** Слизывание капель сладкой воды кончиком языка с вогнутой поверхности ложек.
- 8.«Расческа».** Почесывание языка о верхние зубы.
- 9.** Пересчитывание зубов, упираясь кончиком языка в каждый.
- 10.** Переворачивание во рту кубиков из хлебных корок, грецких орехов.



- 11.«Вкусное варенье».** Слизывание варенья с верхней и нижней губы попеременно. Круговое облизывание губ.
- 12.** Вылизывание тарелок всей поверхностью языка.
- 13.«Иголочка».** Суживание и заострение языка – тянемся языком к зеркалу.
- 14.«Лошадка».** Улыбнуться, щелкать языком громко и энергично. Нижняя челюсть неподвижна, двигается только язык.
- 15.«Индюшата».** Улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх. Двигать языком по верхней губе вперед-назад, произнося: бла-бла-бла.
- 16.«Горка».** Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть в нижние зубы, язык не должен выпячиваться вперед.
- 17.«Маляр».** Улыбнуться, открыть рот, язык поднять вверх и кончиком языка водить вперед-назад по небу.
- 18.«Дятел».** Улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх. Кончиком языка с силой касаться бугорков за верхними зубами, произнося «д-д-д».

Упражнения для активизации мышц шеи, гортани (выполняются с закрытым ртом).

1. Опускание головы вниз.
2. Запрокидывание головы назад.
3. Поворот головы вправо-влево.
4. Наклоны головы вправо-влево.
5. Руки в «замке» на затылке, отклонение головы назад с сопротивлением рук.
6. Сжатые в кулак кисти подпирают подбородок, наклоны головы вперед с сопротивлением рук.

ПОМНИТЕ! Артикуляционная гимнастика только подготовит речевой аппарат

вашего ребёнка к правильному произношению, но не сможет заменить собой специалиста-логопеда.