

Артикуляционная гимнастика

- это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Указания к проведению артикуляционной гимнастики

1. Артикуляционная гимнастика проводится ЕЖЕДНЕВНО, чтобы вырабатываемые навыки закреплялись.
2. Продолжительность выполнения – 3-5 минут. В комплекс входит 5-6 упражнений: 2-3 статических, и 2-3 динамических.
3. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении спина прямая, тело не напряжено.
4. Вначале во время проведения артикуляционной гимнастики можно воспользоваться небольшим ручным зеркалом, позже упражнения выполняются без зеркала. Необходимо добиваться четкого, точного, выполнения движений.
5. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.
6. Вначале артикуляционные движения выполняются медленно, неторопливо, но постепенно, по мере овладения ими, темп артикуляционной гимнастики увеличивается.
7. Возможно, и желательно выполнение артикуляционной гимнастики под счет, под музыку, с хлопками и т.д.

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой

- * Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениям по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.
- * Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ним начнет заниматься логопед: их мышцы уже будут подготовлены.
- * Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».
- * Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем – и детям и взрослым – научиться говорить правильно, четко и красиво.

«УЛЫБОЧКА»

Губы растянуты (улыбка). Удерживать губы в таком положении следует 10 - 15 секунд.



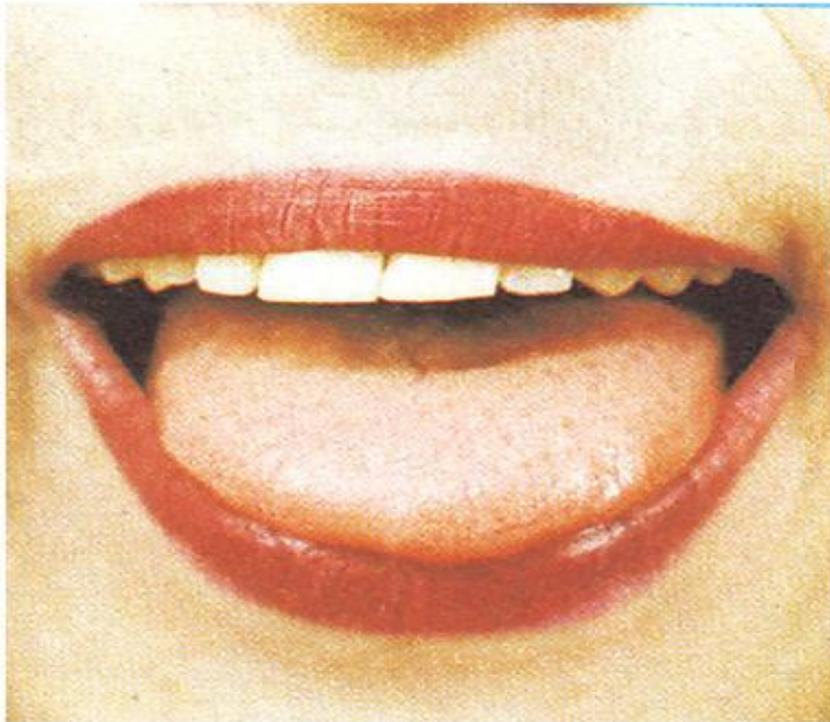
«ТРУБОЧКА»

- Губы сомкнуты и вытянуты в виде трубочки вперед. Удерживать губы в таком положении следует 10 - 15 секунд.



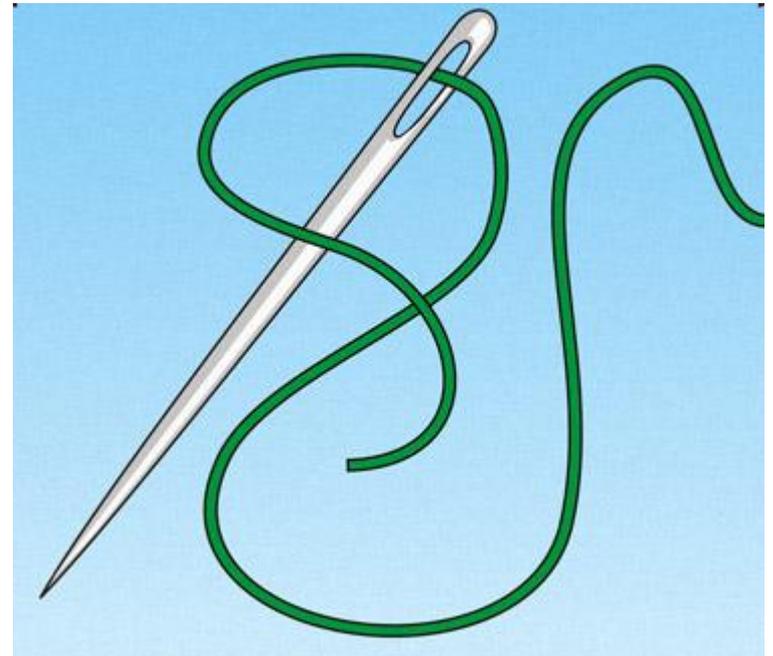
«ЛОПАТОЧКА»

Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу и удерживать на счет от 1 до 10. Верхняя губа приподнята, не касается поверхности языка.



«ИГОЛОЧКА»

Узкий кончик языка высунуть изо рта, не касаясь им губ. Удерживать его в таком положении на счет от 1 до 10.



«СЕРДИТАЯ КОШЕЧКА»

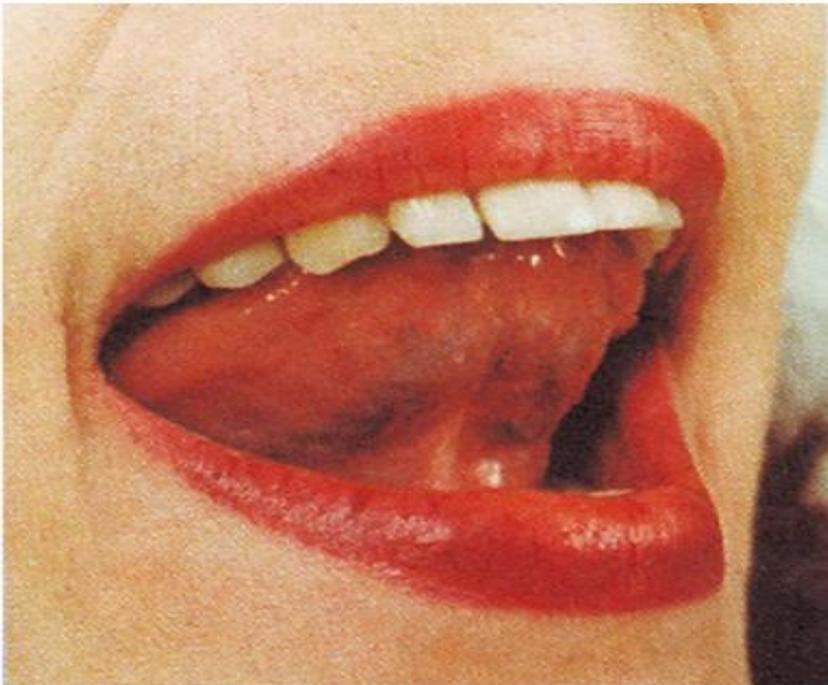
Рот приоткрыт, кончик языка упирается в нижние передние зубы, спинка языка приподнята, а боковые края прижаты к верхним коренным зубам.

Удерживать язык в таком положении на счет от 1 до 10.



«ПАРУС»

Рот широко раскрыть, широкий кончик языка поставить за передние верхние зубы на бугорки, спинку немного прогнуть вперед, боковые края прижать к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении на счет от 1 до 10. Выполнять 2—3 раза.



«ЧАШЕЧКА»

Рот широко раскрыть, широкий кончик языка поднять, подтянуть его к верхним зубам (но не касаться их), боковые края языка прикасаются к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении на счет от 1 до 10. Выполнять 3—4 раза.



«ЛОШАДКА»

Присосать кончик языка к небу. Поцелкивание производится с изменением темпа (медленно - быстрее - очень быстро). Выполнять 10—15 раз.



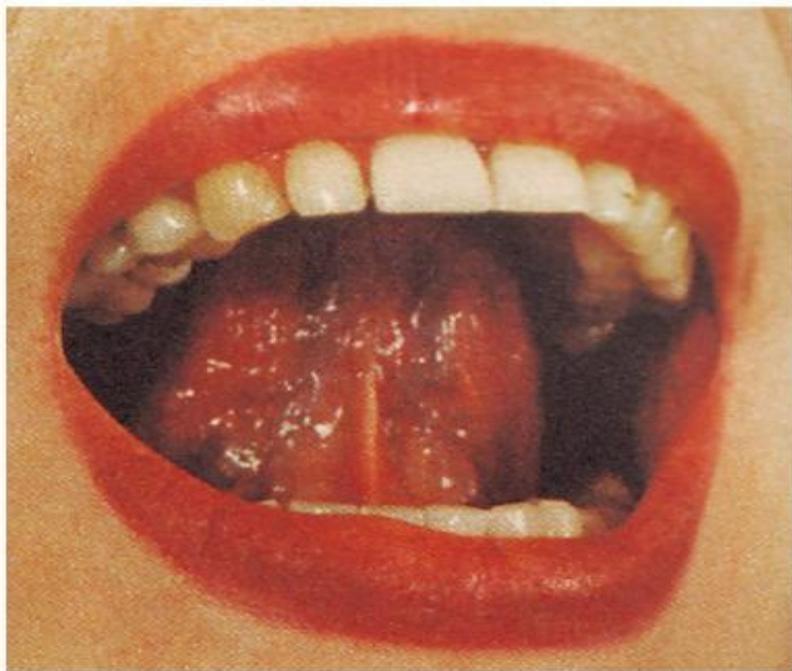
«ГРИБОК»

Широко открыть рот. «Присосать» поверхность языка к небу, при этом сильно оттянуть вниз нижнюю челюсть. Выполнять 5—6 раз.



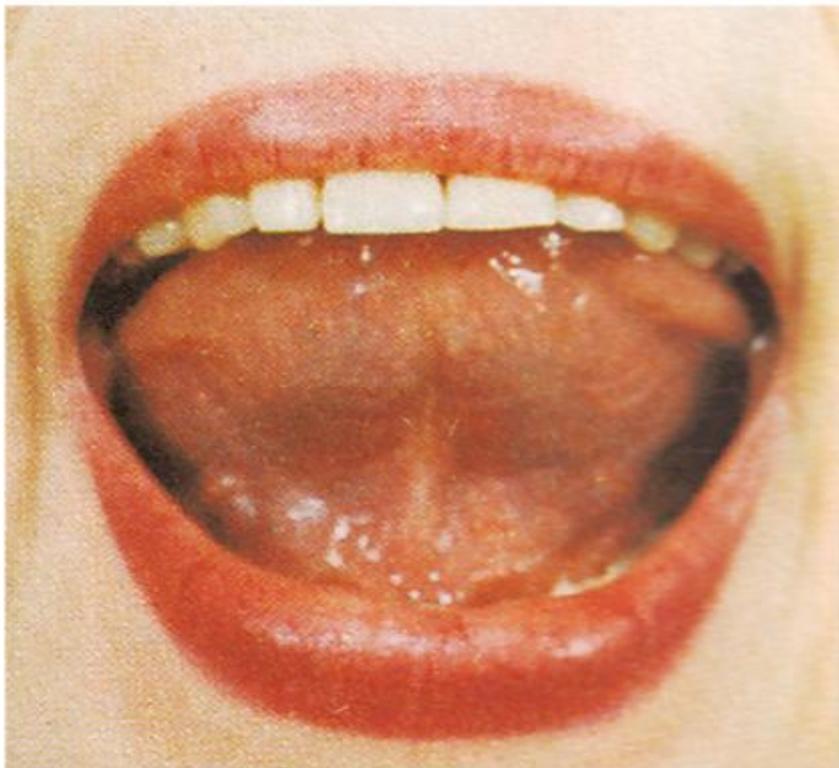
«МАЛЯР»

Широко открыть рот. Широким кончиком языка проводить по небу от верхних зубов до ували (маленького язычка) и обратно. Выполнять в медленном темпе 5—6 раз.



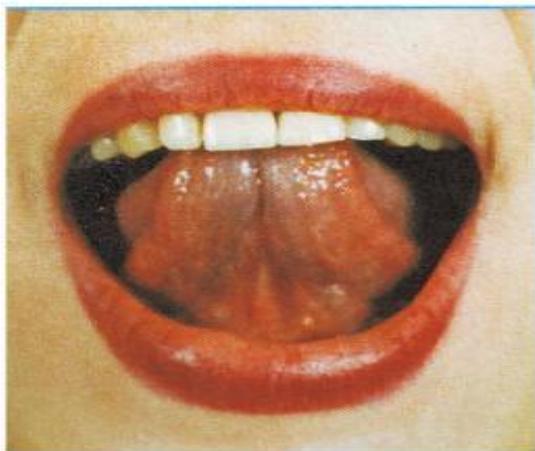
«ДЯТЕЛ»

Широко открыть рот. Языком с силой ударять в бугорки за верхними зубами. При этом ребенок произносит звук «д», подражая дятлу: д-д-д-д-д (15-20 секунд).



«КАЧЕЛИ»

Рот широко открыт. Кончик языка находится за верхними зубами на бугорках, затем опускается за нижние зубы. Выполнять 15—20 раз.



«КАТАНИЕ ШАРИКА»

Губы сомкнуты, язык делает круговые движения (как бы вокруг губ) с внутренней стороны рта. Движения выполняются сначала по часовой стрелке (5—6 кругов); затем против часовой стрелки (5—6 кругов). Скорость движения языка можно менять.



«ЧАСИКИ»

Рот приоткрыт. «Узкий» язык движется от одного уголка рта к другому, стараясь не касаться губ. Упражнение проводится в медленном темпе под счет педагога или сопровождается словами: тик-так, тик-так, тик-так. Время выполнения — 20 секунд.



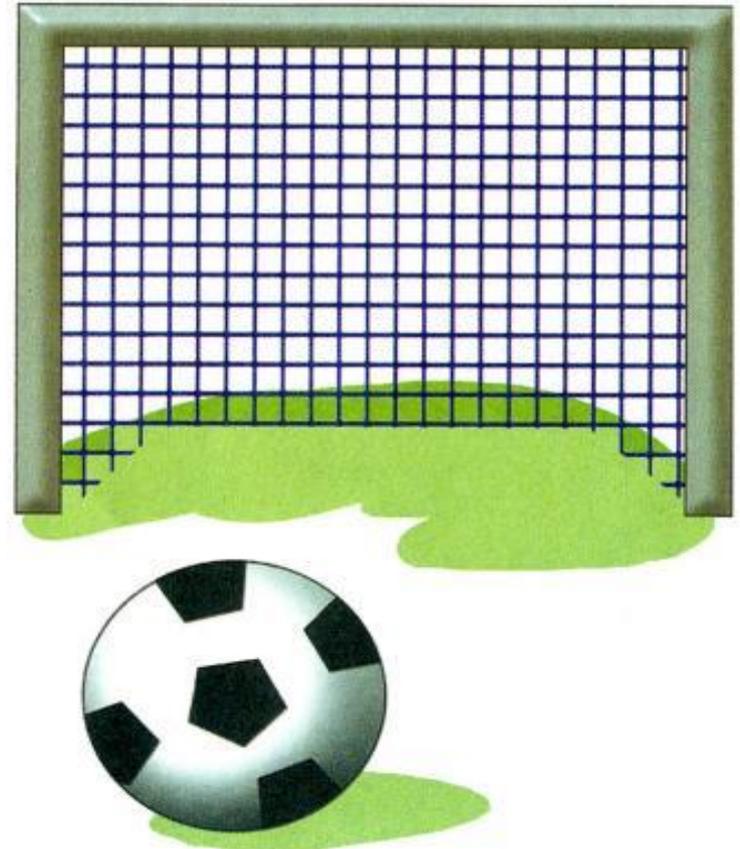
«ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»

Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Выполнять 5—6 раз.



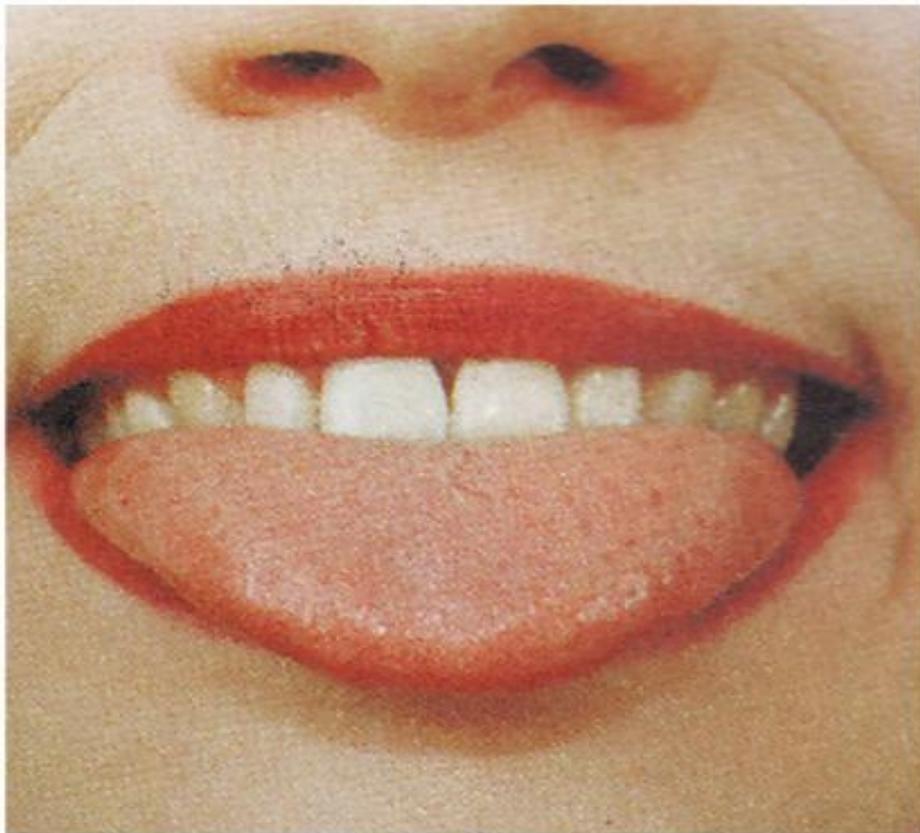
«ФУТБОЛ»

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упираться то в одну, то в другую щёку так, чтобы под щекой надувались «мячики».



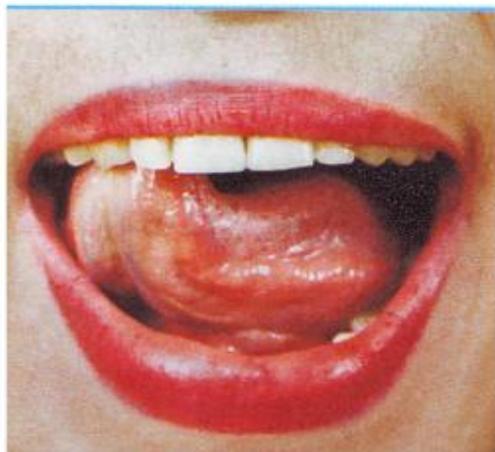
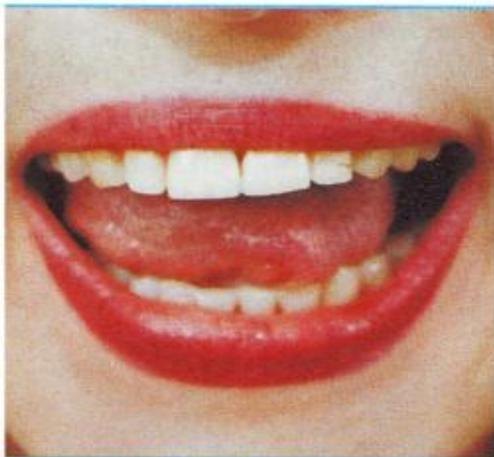
«РАСЧЕСКА»

Улыбнуться. Закусить язык зубами. «Протаскивать» язык между зубами вперед – назад, как бы «причесывая» его. Выполнят 3-4 раза.



«ЧИСТИМ ЗУБКИ»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.



«ДУДОЧКА»

Высунуть широкий язык, боковые края языка максимально загнуть вверх и подуть в получившуюся «дудочку».





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!