

Департамент социальной политики
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»

Артикуляционная гимнастика

(методические материалы для учителей, работающих в
1-2 специальных (коррекционных) классах VII-VIII вида)

С.В.Ковалева, зам. дир. по УВР НШ,
учитель начальных классов
(учитель-олигофренопедагог)



Курган, 2012 г.

Сказка про весёлый Язычок (1).

Весёлая прогулка

1. Жил-был Язычок в своём домике. Проснулся он рано утром, открыл окошко, посмотрел, какая погода, а потом опять в домик спрятался.

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот; сильно высунуть язык и затем спрятать его (рот не закрывать!). Повторить 3-4 раза.

2. Потом посмотрел Язычок налево, посмотрел направо: гуляют ли дети на улице?

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, тянуться язычком то к левому углу рта, то к правому. Повторить 6-8 раз.

3. После этого посмотрел Язычок из окошка вниз: нет ли луж? А потом вверх: светит ли солнышко?

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, опустить язык вниз - к подбородку, затем поднять язык к носу. Повторить 4-5 раз. Следить, чтобы рот был всё время открыт, а нижняя губа не помогала языку подниматься вверх.



ЁЖИК

Увидел Язычок, что погода хорошая, и побежал гулять во двор. Только сошёл с крылечка, как услышал, что в траве кто-то шуршит.

Присмотрелся Язычок повнимательнее: из травы иголочки торчат. Это был... ёжик. Он бежал в траве по кругу: то в одну сторону, то в другую. Давай покажем, как бежал ёжик.



Описание упражнения:

совершать круговые движения языком между губами и зубами то в одну, то в другую сторону. Рот при этом закрыт.



Футбол

1. Посмотрел Язычок по сторонам, увидел, что ребята в футбол играют, и захотел присоединиться к ним. Давай и мы вместе со всеми поиграем в футбол.

Описание упражнения:

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



2. Поиграли ребята с Язычком, а потом решили соревнование устроить: кто дальше мяч загонит.

Описание упражнения:

вытянуть губы трубочкой и дуть на ватный шарик. Вдох - через нос, выдох - через рот. Следить, чтобы щёки не надувались.



Качели

После футбола захотелось Язычку на качелях покачаться: вверх-вниз!

Весело качаться с Язычком на качелях!

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть широко рот, на счёт «раз» - опустить кончик языка за нижние зубы,

на счёт «два» - поднять язык за верхние зубы.

Повторить 4-5 раз.



ИНДЮК

Слез Язычок с качелей и вдруг увидел грозного сердитого индюка. Индюк стоял посреди двора и страшно ругался. Давай покажем, как ругался индюк.



Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх, двигать языком по верхней губе вперёд-назад, произнося: была-была-была...



Месим тесто

6 Испугался Язычок и убежал домой к маме. А в доме пахло чем-то вкусным: это мама готовила тесто для блинов и пирогов. Язычок стал ей помогать месить тесто и скалкой его раскатывать. Давай и мы поможем Язычку.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот,

покусать язык зубами -
та-та-та...;

пошлёпать язык губами -
пя-пя-пя...;

закусить язык зубами и
протаскивать его сквозь зубы с
усилием.



БЛИНЧИКИ

Помог Язычок маме тесто месить, и стали они блины печь. Давай покажем, какой у Язычка получился блинчик.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу и удерживать его неподвижно под счёт взрослого до пяти; потом до десяти.



Вкусное варенье

1. Стали мама с Язычком блинчики есть со сметаной и ароматным вкусным вареньем, да все губы испачкали. Надо губы аккуратно облизать.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, облизать языком верхнюю, а затем нижнюю губу по кругу. Выполнять в одну, а затем в другую сторону.

Повторить 4-5 раз.



2. Посмотри внимательно, всё ли варенье слизали? Ой, немножко на верхней губе осталось! Давай и это варенье слижем.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот; не закрывая рот, облизывать языком верхнюю губу; нижней губой стараться язык не поддерживать.

Повторить 4-5 раз.



Чашка

Поел Язычок блинчиков с вареньем и решил чаю выпить. Давай покажем, какая у него была красивая чашка.

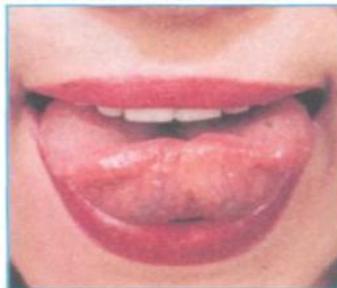
Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, высунуть язык и тянуть его к носу.

Стараться, чтобы бока язычка были загнуты в виде чашечки (чтобы чай не пролился).

Стараться не поддерживать язык нижней губой. Удерживать язык в таком положении под счёт до пяти, потом до десяти.

Повторить 3-4 раза.



ЧИСТИМ зубки

1. Попил Язычок чаю из своей красивой чашки, а мама ему и говорит: «Язычок, пора спать!» Перед сном Язычок пошёл умываться и... правильно, чистить зубки. Давай и мы с тобой почистим зубки.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, кончиком языка сильно «почистить» за нижними зубами (влево-вправо) под счёт взрослого (7-8 раз).

Затем поднять язычок вверх и почистить за верхними зубами (рот при этом широко открыт). Повторить 8-10 раз.

2. После того как Язычок почистил зубки, он принялся полоскать ротик. Давай ему поможем!

Описание упражнения:

рот закрыть, имитировать полоскание рта.

Умылся Язычок и пошёл спать.



Сказка про весёлый Язычок (2).

Лягушка и слоник

Жил-был маленький Язычок.
У него были друзья: лягушка и слоник.

Давай и мы будем
превращаться то в
лягушку, то
в слоника.

Описание упражнения:

на «раз» - улыбнуться,
показать сомкнутые зубки,
удерживать губы в таком
положении;

на счёт «два» - сомкнутые
губки вытянуть вперёд и
удерживать в таком
положении.

Чередовать движения
«лягушка - слоник» под счёт
«раз-два».

Повторить 5-6 раз.



Бегемотики

Вот пришёл Язычок в зоопарк и видит, что в пруду сидит кто-то огромный, как гора, и рот широко открывает.

Это был... бегемот.

Давай и мы превратимся в бегемотиков и будем широко открывать рот.

Описание упражнения:

открыть рот как можно шире, удерживать его в таком положении до счёта «пять», потом закрыть рот.

Повторить 3-4 раза.



Лягушка

Посмотрел Язычок на бегемотиков и только хотел дальше отправиться, как слышит: ква-а-а, ква-а-а. Это были... Правильно, лягушки. Давай изобразим, как лягушки улыбались.

Описание упражнения:

улыбнуться, показать сомкнутые зубки.
Удерживать губы в таком положении до счёта «пять» (до счёта «десять»).
Затем вернуть губы в исходное положение.

Повторить 3-4 раза.



СЛОН

1. Идёт Язычок дальше.
Ой, кто это такой большой, с
длинным носом? Да это же... слон!
Давай покажем, какой у слона
хобот!

Описание упражнения:

сомкнутые губы вытянуть
вперёд и удерживать в таком
положении до счёта «пять»
(потом до счёта «десять»),
вернуться в исходное
положение.



2. Смотрит Язычок на слона, а тот
стал набирать хоботом воду и
поливать себя и слонёнка.

Описание упражнения:

вытянуть вперёд губы трубочкой и «набирать»
водичку, слегка причмокивая при этом.



Змея

Полюбовался Язычок слоном и
пошёл к другой клетке.
А там никого нет, только длинный
резиновый шланг валяется
посередине.
Но вдруг шланг зашевелился, и
Язычок увидел, что это... змея.

Давай изобразим змею!

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот;
высунуть язычок изо рта, затем спрятать.
Повторить 3-4 раза.



Лошадка

Понаблюдав Язычок за змейкой и пошёл дальше.
Видит, лошадка детей катает.
Захотел и сам прокатиться:
«Лошадка, покатаешь меня?»
А лошадка отвечает: «Конечно!»
Сел Язычок на лошадку, крикнул
«но!» и поскакал.
Давай покажем, как Язычок катался
на лошадке.

Описание упражнения:

улыбнуться, широко открыть рот, щёлкать языком громко и энергично.

Стараться, чтобы нижняя челюсть была неподвижна и «прыгал» только язык.

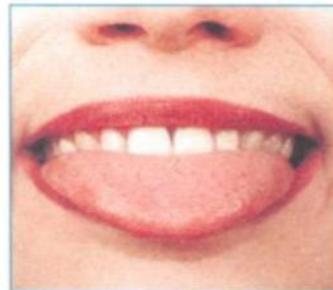


Расчёска

Покатался Язычок, слез с лошадки
и вдруг увидел себя в зеркале: «Ах,
какой я стал лохматый!

Наверное, очень
быстро на лошадке
мчался!

Надо причесаться!»
Достал Язычок
расчёску и начал
причёсываться.
Давай покажем, как
он это делал.



Описание упражнения:

улыбнуться, закусить язык зубами.

«Протаскивать» язык между зубами вперёд-назад,
как бы «причёсывая» его.



Часики

Привёл Язычок себя в порядок и вдруг подумал: а не пора ли ему идти домой?

Надо узнать который час.

Покажи как работают часики!



Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот.
Тянуться языком попеременно то к левому углу рта, то к правому.

Повторить 5-10 раз.



Шарики

Узнал Язычок который час.
К сожалению, было уже поздно:
пора возвращаться домой.
А подарок маме? Купил Язычок
несколько воздушных шариков и
стал их надувать, но, к сожалению,
некоторые из них лопались.
Покажи, как Язычок надувал
шарики.

Описание упражнения:

надуть одну щёку - сдуть.
Затем надуть другую и сдуть.
Надувать попеременно 4 - 5 раз.



Сказка про весёлый Язычок (3).

Парус

Возле дома Язычка протекал весёлый ручеёк. Язычок решил сделать лодочку с парусом и отправить её в плавание. Лодочка получилась очень красивая, с розовым парусом. Давай покажем, какой был парус у лодочки.



Описание упражнения:

улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поднять и поставить на бугорки (альвеолы) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении под счёт до восьми; потом до десяти.

Опустить язык и повторить упражнение 2-3 раза.



Маляр

Пустил Язычок лодочку в ручеёк, а сам побежал по берегу, чтобы посмотреть, далеко ли она уплывёт. Вдруг Язычок увидел маляра, который ярко-синей краской красил крышу дома. Давай покажем, как маляр крышу красил.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, язык поднять вверх и кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов до горла и обратно.

Выполнять медленно, под счёт до восьми.



Гриб

Пока Язычок смотрел, как маляр забор красит, лодочка с парусом уплыла далеко-далеко. Бросился Язычок догонять лодочку. Вдруг в траве что-то мелькнуло. Остановился Язычок посмотреть и увидел, что это гриб. Давай покажем, какой гриб увидел Язычок.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, «приклеить» (присосать) язык к нёбу. Следить, чтобы при этом рот был широко открыт. Если не получается сразу «приклеить» язычок к нёбу, предложите ребёнку медленно пощёлкать языком.

Пусть малыш почувствует, как язычок «присасывается» к нёбу.



Дятел

1. Насобирав Язычок полную корзинку грибов и вдруг слышит: кто-то стучит. Поднял голову вверх - а это дятел сидит на сосне и стучит по стволу клювом. Давай изобразим, как стучит дятел.



Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх. Кончиком языка с силой «ударять» по бугоркам (альвеолам) за верхними зубами и произносить звуки: «д-д-д...». Выполнять 10-20 секунд сначала медленно, затем всё быстрее и быстрее. Следить, чтобы «работал» только кончик языка, а сам язык не прыгал.

2. Потом дятел стал стучать по-другому: «Д-дд, Д-дд...» (выделенный звук произносится сильнее).
«Постучи» и ты так языком 10-15 секунд.
3. А потом вот так: «дд-Д, дд-Д...». Выполнять 10-15 секунд.



Комарик

Послушал Язычок, как дятел стучит, и дальше пошёл. Вдруг кто-то тонко запищал над его ухом, и Язычок почувствовал, что кто-то укусил его за брюшко.

«Ах ты, злой, проворный комарик!» – закричал Язычок и стал ловить комара. Давай покажем, как звенел злой комар.



Описание упражнения:

улыбнуться, открыть широко рот, поднять язык вверх и упереть его в бугорки (альвеолы). Попытаться произнести «дzzzz», но не отрывисто, а протяжно, в течение 10–15 секунд.

Помнить, что комар злой, поэтому нажимать языком на бугорки энергично.



Гармошка

Не поймал Язычок комарика и
грустный пошёл дальше.
Вдруг он услышал весёлые звуки
гармошки.
«Интересно, кто это играет?
Пойду, посмотрю!» - подумал
Язычок и побежал на полянку.

Видит, заяц на пеньке сидит и на
гармошке весёлые песенки
наигрывает.
Давай и мы сыграем на гармошке.

Описание упражнения:

улыбнуться, широко открыть рот, «присосать» язык к
нёбу.

Не отпуская язык, сильно опустить нижнюю челюсть,
закрыть рот и опять широко открыть, не меняя
положения языка.

Повторить 4-5 раз.



Заведи мотор

1. Сыграл зайчик свою весёлую песенку и говорит Язычку: «Помоги мне завести мотор в машине, а я тебе за это дам порулить!»
И стал Язычок помогать зайцу мотор заводить.
Давай и мы попробуем завести моторчик.

Описание упражнения:

улыбнуться, широко открыть рот, поднять язык вверх, с силой ударять кончиком языка по бугоркам за верхними зубами (альвеолам) и произносить: «дын-дын-дын...» (сначала медленно, потом всё быстрее и быстрее).
Повторять в течение 5-10 секунд.

2. А теперь давай заведём мотор вот так: «ДЫН - дын, дын; ДЫН - дын, дын...» (выделенный слог надо произносить сильнее, делая на него ударение).
Повторить 4-5 раз.



Другие упражнения.

Цветы

Цветочки были такие красивые,
что Язычку захотелось их понюхать.
Понюхал он один цветок и
воскликнул:

"Ах, как пахнет!"

Понюхал другой и опять воскликнул:

«Ах, как пахнет!»

Описание упражнения:

вдох через нос - «нюхать» цветок; на
выдохе произнести:

«Ах, как пахнет!»

Повторить 2-3 раза



Киска сердится

1. У Язычка была любимая кошечка. Когда киска сердилась, то выгибала спинку.

Давай покажем, как киска сердилась и выгибала спинку.

Описание упражнения:

улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть за нижние зубы, «спинку» выгнуть, а боковые края языка прижать к верхним коренным зубам.

Удерживать язык в таком положении под счёт до восьми, потом до десяти.



2. Киска любила, когда ей гладили спинку. Тогда она переставала сердиться и становилась доброй. Давай погладим киску.

Описание упражнения:

язык в положении «сердитая киска»; прижать его верхними зубами и «почесать» в направлении от корня языка к кончику.

Повторить 5-6 раз.



До новых встреч!

