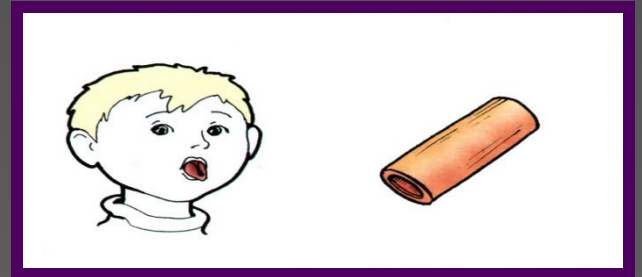
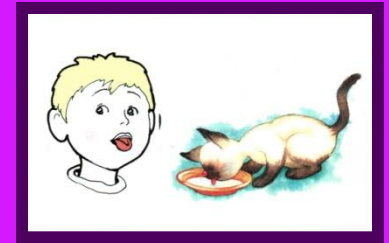


# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



- Звуки речи образуются в результате сложного комплекса движений артикуляционных органов. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата. Таким образом, произношение звуков речи - это сложный двигательный навык.

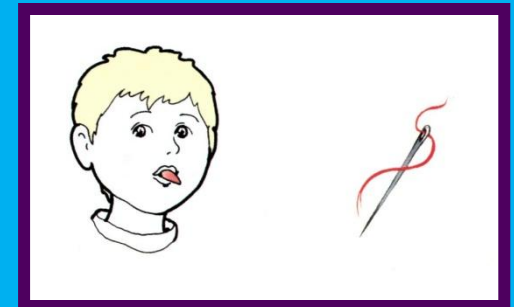
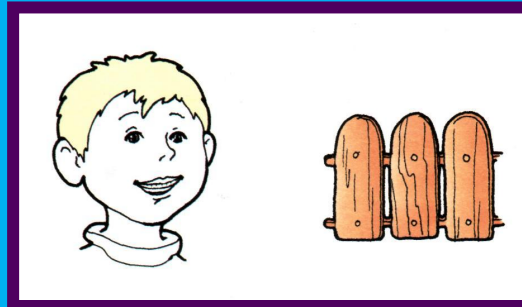
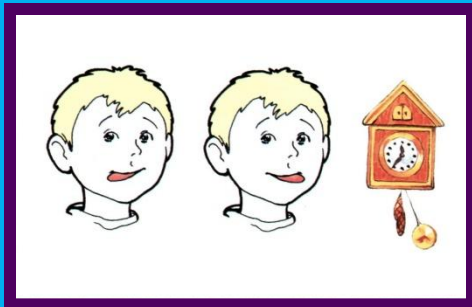
**Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляционно-мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет).**

**Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни.**

**Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно.**

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо. Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.



## Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.
5. Ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед зеркалом.

## «ХОБОТОК» («ТРУБОЧКА»)

Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Цель.** Вырабатывать движение губ вперёд, укреплять мышцы губ, их подвижность

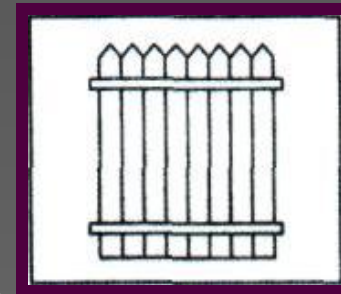


**Я слегка прикрою рот,  
Губы — «хоботом»  
вперёд.  
Далеко я их тяну,  
Как при долгом звуке:  
у-у-у.**

## «УЛЫБКА» («ЗАБОРЧИК»)

Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Цель.** Выработать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы. Укреплять мышцы губ и развивать их подвижность.



**Широка Нева-река,  
И улыбка широка.  
Зубки все мои видны  
От краёв и до десны.**

## «ПОКУСАЕМ ЯЗЫК»

Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык. Варианты:

1. Покусывать кончик языка.
2. Покусывать середину языка.

Цель. Добиваться расслабления мышц языка, усиления кровоснабжения мышц языка, улучшения иннервации (нервной проводимости).



**Выдвигаю свой язык,  
Чтоб лениться не привык.  
И от кончика до корня  
Я кусаю всё проворней.**



## «ЛОПАТОЧКА»

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Цель.** Вырабатывать умение удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащим на нижней губе.



**Поперёк улыбки лёг  
Отдыхает язычок.**

## «ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»

Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».

**Цель.** Отрабатывать движение широкой передней части языка в форме чашечки вверх. Укреплять мышцы языка.



**Как будто варенье лежит на губе —  
Слижу его «чашечкой» в ротик себе.**

## «ЧАШЕЧКА»

Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

**Цель.** Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.



**Улыбаюсь, рот открыт:  
Там язык уже стоит.  
К зубкам подняты края  
Вот и «чашечка» моя.**

## «ШЛЁПАЕМ ГУБАМИ ПО ЯЗЫКУ»

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить: «па-па-па». Произношение слогов («па-па-па») облегчает ребёнку выполнение данного упражнения.

**Цель.** Расслаблять мышцы языка путём самомассажа (пошлёпывания губами). Научиться удерживать язык распластанным, широким.

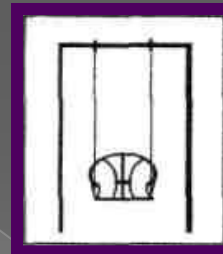


А теперь уж не зубами  
Я пошлёпаю губами:  
«У быка губа тупа,  
Па-па-па, па-па-па».

## «КАЧЕЛИ»

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3-5 секунд. Так, поочередно, менять положение языка 4-6 раз.

**Цель.** Вырабатывать умение быстро менять положение языка, развивать его гибкость, подвижность. Развивать гибкость и подвижность кончика языка

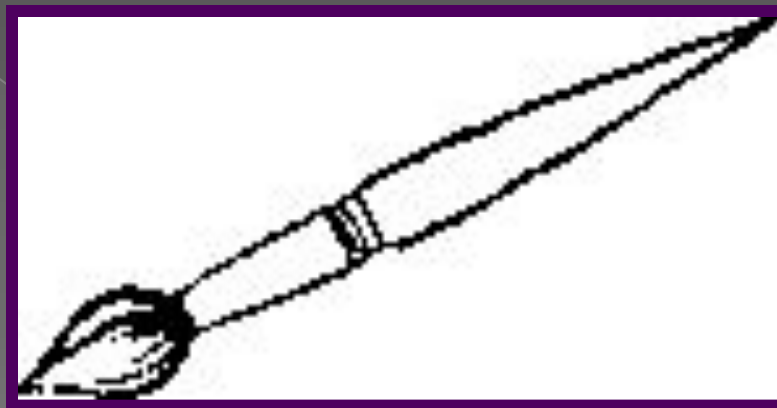


**«Чашкой» вверх  
И «горкой» вниз  
Гнётся мой язык —  
Артист!**

## «МАЛЯР»

Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперёд-назад.

**Цель.** Укреплять мышцы языка и развивать его подвижность.

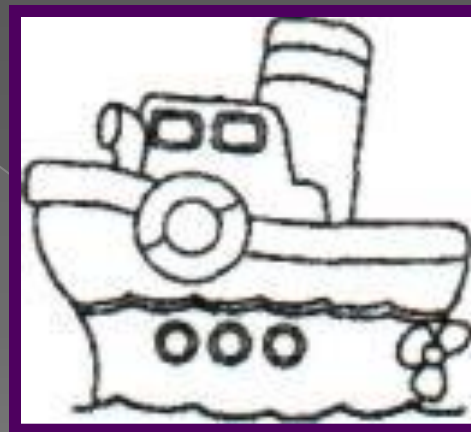


**Язык — как кисточка моя,  
И ею нёбо крашу я.**

## «ПАРОХОД»

Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» («пароход гудит»).

**Цель.** Отрабатывать положение языка, необходимое для постановки «л» (особенно при напряжённости языка и замене твердого «л» на мягкий «ль»)



**Вывожу язык вперёд,  
Закушу его — и вот:  
«ы!» тяну — и к нам идёт  
Белый-белый пароход.**

## «МАЯТНИК»

Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Прodelать упражнение 10-15 раз.

**Цель.** Укреплять мышцы языка, отрабатывать его подвижность.



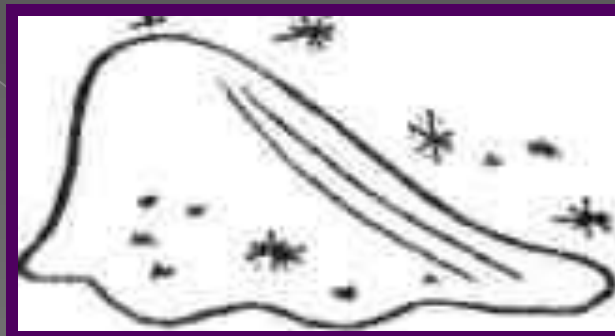
**Влево -вправо кончик  
ходит,  
Будто места не находит.**



## «ГОРКА» («МОСТИК»)

Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Цель.** Научиться удерживать язык в положении, необходимом для произношения свистящих звуков. Развивать мускулатуру языка, укреплять кончик языка.



**Улыбаюсь, рот открыт —  
Там язык лежит,  
свернувшись.  
В зубы нижние уткнувшись,  
Горку нам изобразит.**

## «ИГОЛОЧКА»

Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Цель.** Научиться делать язык узким и удерживать его в таком положении.

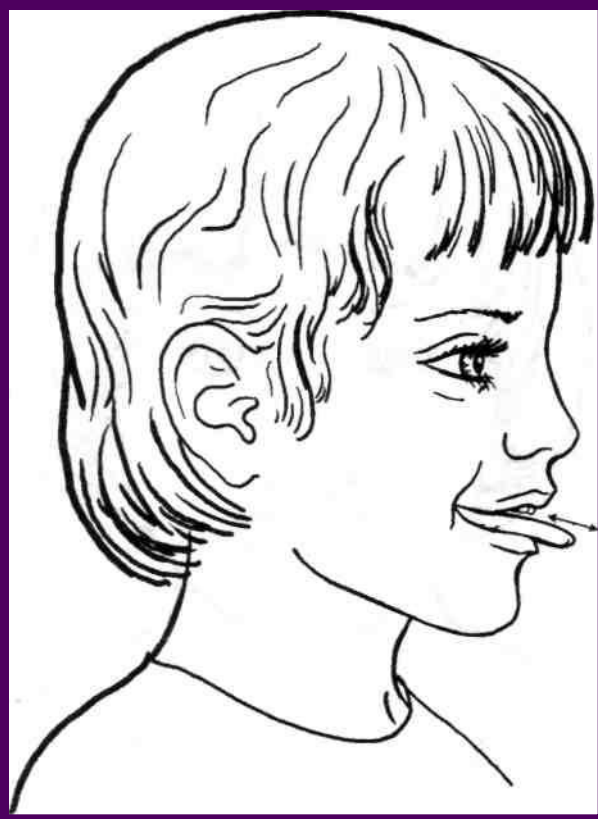


**Улыбаюсь: вот шутник —  
Узким-узким стал язык.  
Меж зубами, как сучок,  
Вылез длинный язычок.**

## «ЗМЕЙКА»

Открыть рот и производить узким языком движения вперёд-назад («жало змейки»).

**Цель.** Развивать подвижность языка, попеременно выдвигая и убирая узкий язык.



**А у змейки язычок  
Узок, тонок, как сучок.  
Ходит-ходит взад-вперёд:  
Как же он не устаёт?**

## «ПАРУС»

Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.

**Цель. Удерживать язык за верхними зубами. Укреплять мышцы языка.**



**Улыбаюсь, рот открыт:  
«Парус» там уже стоит.  
Прислоню язык, смотри,  
К зубкам верхним изнутри.**

## «ЛОШАДКА»

Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).

**Цель.** Отрабатывать подъём языка, подготавливать его к выработке вибрации, растягивать подъязычную связку (уздечку). Укреплять мышцы языка.



**Рот широко открываю,  
К нёбу язык прижимаю.  
Прыгает вниз язычок,  
И раздаётся щелчок.**

## «ГРИБОК»

Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.

**Цель.** Отрабатывать умение удерживать язык наверху в положении, необходимом для звука «р». Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

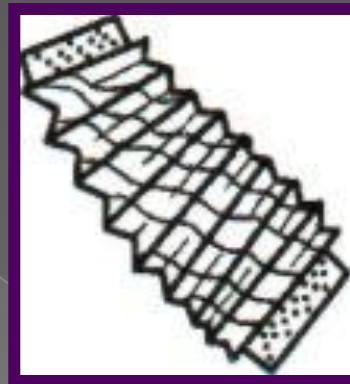


**Широко открою рот,  
Будто щёлкну я вот-вот.  
Присосу язык на нёбо,  
Челюсть вниз — и вся учёба.**

## «ГАРМОШКА»

Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении

**Цель. Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).**



**Присосу язык на нёбо,  
А теперь смотрите в оба:  
Ходит челюсть вверх и  
вниз — У неё такой круиз.**

## «БАРАБАНЩИК»

Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя: «д-д-д». Темп убыстряется постепенно.

Цель. Отрабатывать подвижность языка и подготавливать его к вибрации, необходимой для звука «р». Укреплять мышцы языка (особенно кончика языка).

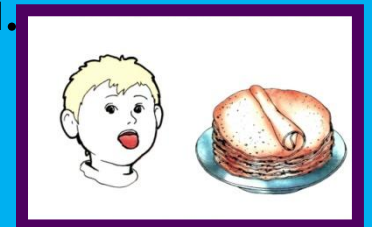


**За зубами в бугорок  
Бьёт широкий язычок.**



Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели. Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

