

**Артикуляционная гимнастика** это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности органов, участвующих в речевом процессе.

**Цель артикуляционной гимнастики:**  
выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, развитие умения объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

Основным требованием к проведению артикуляционной гимнастики является **систематичность**.

Занятия должны проводиться каждый день.

## Основные задачи гимнастики:

- развитие подвижности языка (умение делать язык широким и узким, удерживать широкий язык за нижними резцами, поднимать за верхние зубы, отодвигать его назад в глубь рта и т.д.);
- развитие достаточной подвижности губ (умение вытягивать их вперед, округлять, растягивать в улыбку, образовывать нижней губой щель с передними верхними зубами);
- развитие умения удерживать нижнюю челюсть в определенном положении, что важно для звуков.

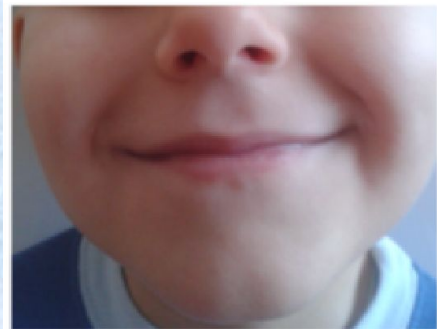
Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой, некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи логопеда.
2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнет заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены. И добиться положительных результатов можно за более короткий срок.
3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением.
4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем- и детям, и взрослым- научиться говорить правильно, четко и красиво.

# Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

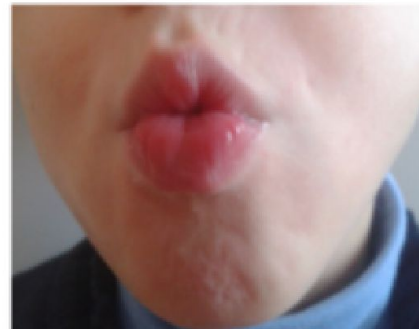
- ❖ Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.
- ❖ Выполнять гимнастику перед зеркалом.
- ❖ Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
- ❖ Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
- ❖ Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- ❖ Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

## «Улыбочка»



**Рот закрыт. Верхние и нижние зубы не видны. Губы растянуты в улыбке.**

## «Трубочка»



**Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10.**

**Если вы не можете самостоятельно произвольно вытянуть губы, можно дотянуться губками до конфеты.**



## «Накажем непослушный язычок»



Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами, произносить: **Пя-пя-пя-пя...»**. Медленно двигайте язык вперед – назад. Упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

## «Блинчик (Лопатка)»



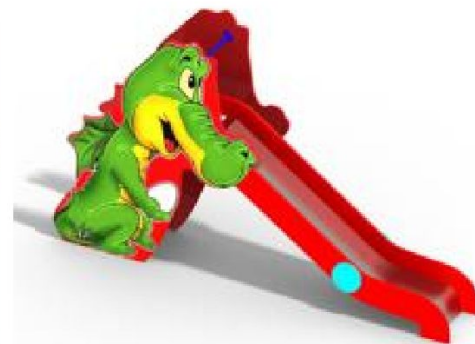
Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.

## «Парус»



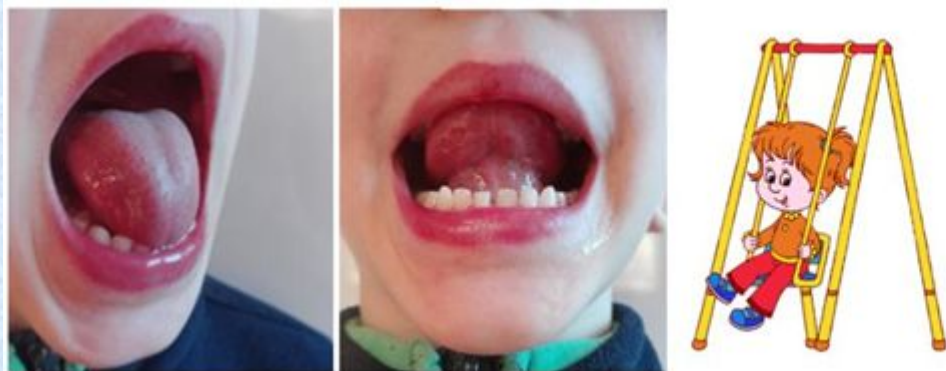
**Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поднять и поставить на бугорки (альвеолы) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении на счёт до восьми, потом до десяти. Опустить язык и повторить упражнение 2-3 раза.**

## «Горочка»



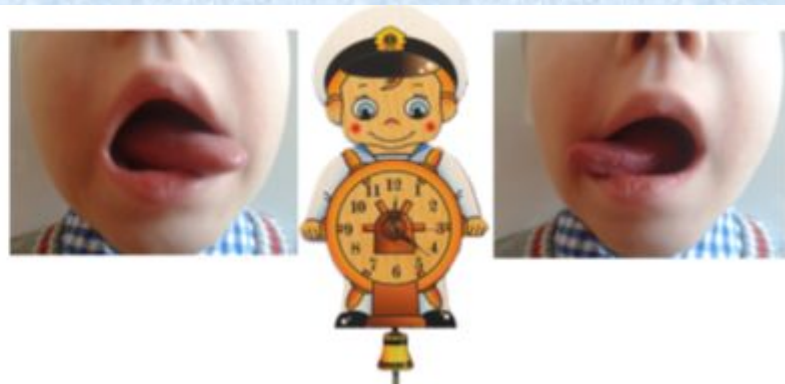
**Рот широко открыт. Опустить кончик языка за нижние резцы, язык выгибается вперёд, зафиксировать в таком положении.**

## «Качели»



Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

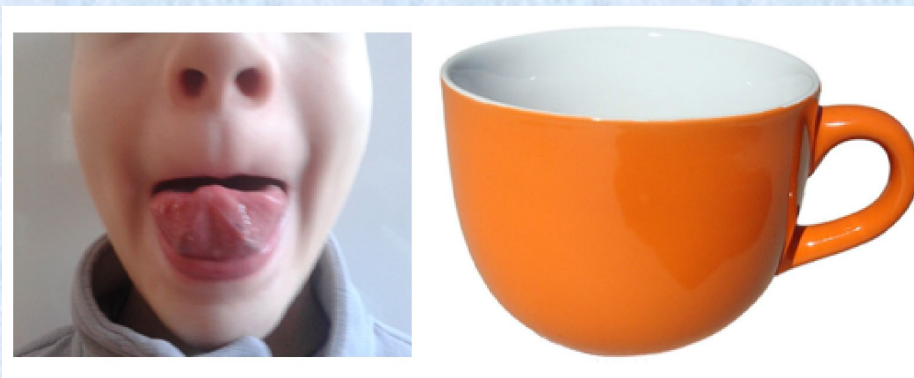
## «Часики»



Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.



# «Чашечка»



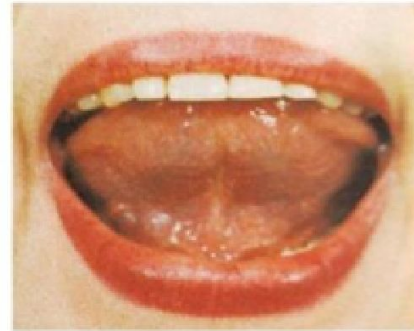
**Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.**



## «Малляр»



## «Дятел»



**Улыбнуться, открыть рот.  
Широким кончиком  
языка погладить небо от  
зубов к горлу. Нижняя  
челюсть не должна  
двигаться.**

**Рот широко открыт и слегка растянут  
в улыбке, язычок в форме  
«чашечки» поднят вверх: боковые  
края языка прижаты к верхним  
коренным зубкам, а передний край  
языка поднят за верхние передние  
зубы к альвеолам. Ребёнок говорит  
с придыханием Д-Д-Д или Т-Т-Т.  
Язык «прыгает на бугорках».**

## «Лошадка»



Рот широко открыт. Присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Цокать медленно и звонко, тянуть подъязычную связку.

## «Грибок»



Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка- ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы - в улыбке.