

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

**Презентацию выполнила учитель – логопед
Дысина Наталия Борисовна
ГБОУ д/с №399**

МОСКВА 2012г.

Мы правильно произносим различные звуки благодаря хорошей подвижности органов артикуляции, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть и мягкое нёбо. Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются у ребёнка постепенно, в процессе речевой деятельности.

Для правильного произношения нужны сильные, упругие и подвижные язык, губы, мягкое нёбо. Все эти речевые органы состоят из мышц. Необходимо тренировать мышцы языка и губ.

Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики.

Артикуляционная гимнастика представляет собой комплекс упражнения, направленных на выработку полноценных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Артикуляционная гимнастика является подготовительным этапом при постановке звуков. Упражнения подбирают в соответствии с тем, какие звуки нарушены у ребёнка.

Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше её делать 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям больше 2-3 упражнений за раз.

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

Ребёнок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также своё лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребёнок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребёнок может воспользоваться небольшим зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребёнка лицом к нему.

Работа организуется следующим образом:

- 1. взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приёмы;**
 - 2. показывает его выполнение;**
 - 3. упражнение делает ребёнок, а взрослый контролирует выполнение.**
- Упражнения выполняются от простого к сложному.**
 - Упражнения выполняются перед зеркалом сначала в медленном темпе, постепенно темп увеличивается.**
 - На первых занятиях каждое упражнение выполняют по два раза, затем каждое упражнение выполняют по 10-15 раз.**
 - Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно.**
 - Если у ребёнка не получается какое-то движение, можно использовать механическую помощь.**
 - Занятия должны проходить в игровой форме. Можно привлечь любимую игрушку, использовать картинки. Так же любима детьми Сказка о Весёлом Язычке.**

Во время упражнений контролируем качество выполняемых ребёнком движений:

- **точность движения,**
- **плавность,**
- **темп выполнения,**
- **устойчивость,**
- **переход от одного движения к другому,**
- **симметричность по отношению к правой и левой стороне лица.**

Наиболее эффективно выполнение артикуляционных упражнений под счёт, с хлопками, под музыку, а также в сочетании с дыхательно-головными упражнениями
(упражнения выполняются от 5 до 10-15 раз).

Упражнения для органов артикуляции

- Попеременно высовывать узкий напряжённый язык и широкий расслабленный.
- Губы и зубы разжать, рот приоткрыть. С усилием упереть кончик языка в верхние зубы, затем расслабить, уложив на дно полости рта.
- Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу. Удерживать позу на счёт до 5.
- Растянуть губы в улыбку с напряжением, затем расслабить губы и вернуть в прежнее положение.
- Попеременно сжимать с усилием и разжимать челюсти и губы. Расслабиться, свободно опустив нижнюю челюсть.
- Медленно опускать и поднимать расслабленную нижнюю челюсть без напряжения и утомления, широко открывая рот.
- Оттянуть язык назад с усилием. Ощутить напряжение корня языка, затем расслабить, уложив на дно полости

Упражнения для мышц нижней челюсти

При выполнении упражнений:

- **голову держать прямо, не опуская и резко не поднимая её;**
- **челюсть опускать без рывков и избыточного напряжения;**
- **каждое упражнение проводить ритмично, фиксировать в положении под счёт до 5.**

Исходное положение: рот закрыт, мышцы нижней челюсти не напряжены.

- Открыть рот и закрыть (следить, чтобы в открытый рот могли поместиться 3 пальца, поставленные на ребро между верхними и нижними зубами).
- Выдвинуть нижнюю челюсть вперёд. Вернуть в исходное положение.
- Выполнять боковые движения нижней челюсти, затем принять исходное положение. Повторить.
- Круговые движения нижней челюсти.
- Открыть рот с одновременным выдвиганием нижней челюсти вперёд, вернуться в исходное положение.
- Нижними зубами закусить верхнюю губу и наоборот, подержать под счёт до 5, затем расслабить.
- Рот открыт. Представить, что на подбородке подвешен груз, который надо поднять вверх, поднимая подбородок и напрягая мускулы под ним, затем расслабить. Принять исходное положение.

- Сжать с усилием челюсти, напрячь мышцы шеи и челюсти (запомнить это ощущение), расслабить их и открыть рот.
- Имитировать жевание с закрытым и открытым ртом.
- Выполнять движения нижней челюстью вперёд — назад с одновременными наклонами, головы вперёд — назад.
- Выполнять движения нижней челюстью попеременно вправо и влево с одновременным поворотом головы в ту же сторону.
- Коснуться подбородком поочерёдно правого и левого плеча.
- Коснуться подбородком груди.
- Запрокинуть голову назад, выдвигать и убирать подбородок. Темп движений медленный.
- Поставить локти рук на стол, сложить ладони одну на другую, опереться подбородком в ладони, давить

Упражнения для губ

Исходное положение: рот закрыт, мышцы нижней челюсти не напряжены.

1. Поочерёдно поднимать и опускать верхнюю и нижнюю губу; максимально обнажать верхние и нижние зубы.
2. Оттягивать уголки рта в стороны, вниз, затем вытягивать губы вперёд хоботком. Сначала имитация, затем произнесение звуков *и — у — о — а*.
3. Утрированно имитировать произнесение звуков *и — б*.
4. Многократно произносить сочетания губных согласных *мб, бм, им, ми* и губно — зубных *вм, мв, бв, вб* и др.
5. Лёгкое массажирование верхними зубами нижней губы, затем нижними зубами — верхней губы.
6. Движение вытянутыми губами влево — вправо.
7. Присасывающее движение губ.
8. Вытягивать губы вперёд воронкой.
9. Рот закрыть, напрячь губы под счёт до 5, расслабить губы, открыть рот.
10. Натягивать губы на зубы при слегка открытом рте.

Упражнения для мышц глотки и мягкого нёба

- Позёвывание с открытым ртом.
- Произвольно покашливать.
- Имитировать полоскание горла жидкостью с запрокинутой головой.
- Надувать щёки при зажатом носе.
- Проглатывать маленькие порции воды.
- Распластывать язык при широко открытом рте так, чтобы передняя часть его прилегала к нижним резцам, а корень и задняя часть были опущены (позиция типа «показать горло врачу»).

Упражнения для мимических мышц

- Опустить углы рта вниз при закрытом рте.
- Растянуть углы рта в стороны (в «улыбку») и расслабить.
- Улыбаться с закрытым и открытым ртом.
- Нахмурить брови, расслабить.
- Поднять брови, расслабить.
- Прищурить один глаз, затем другой.
- Зажмурить глаза, расслабить.
- Надуть щёки, втянуть щёки, перекачивать воздух из одной щеки в другую попеременно, как при полоскании.
- Набрать воздух под нижнюю губу, под верхнюю губу.
- Воспроизвести свист.

- Максимально оскалить зубы.
- Опустить верхнюю губу на нижнюю.
- Натянуть нижнюю губу на верхнюю.
- Опустить и оттопырить (вывернуть) нижнюю губу с обнажением дёсен.
- Попеременно максимально обнажать верхние и нижние зубы.
- Втянуть углы рта и почмокать губами.
- Открыть рот, соединить губы в тугий кружочек и расслабить.
- Пошевелить ноздрями, как бы раздувая ими.
- Наморщить лоб, расслабить.
- Следить глазами за двигающимся по кругу пальцем.

Упражнения артикуляционной гимнастики для языка



Окошко



- широко открыть рот - «жарко»;
- закрыть рот - «холодно».



Чистим зубки



- улыбнуться, открыть рот;
- кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочерёдно нижние и верхние зубы.



Месим тесто



- улыбнуться;
- пошлёпать языком между губами - «пя-пя-пя-пя-пя»;
- покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения).



Чашечка



- улыбнуться;
- широко открыть рот;
- высунуть широкий язык и поднять его края в форме «чашечки».





Трубочка

- с напряжением вытянуть вперёд губы (зубы сомкнуты).



Заборчик

- улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы.



Маляр

- губы в улыбке;
- приоткрыть рот;
- кончиком языка погладить («покрасить») нёбо.



Грибочек



- **улыбнуться;**
- **медленно поцокать языком, будто едешь на лошадке;**
- **присосать широкий язык к нёбу**



Киска



- **губы в улыбке, рот открыт**
- **кончик языка упирается в нижние зубы**
- **выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы**



Поймаем мышку



- **губы в улыбке;**
- **приоткрыть рот;**
- **произнести «а-а» и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик) «а-алл».**



Лошадка

- **губы в улыбке**
- **приоткрыть рот**
- **поцокать «узким» языком (как цокают копытами лошадки)**



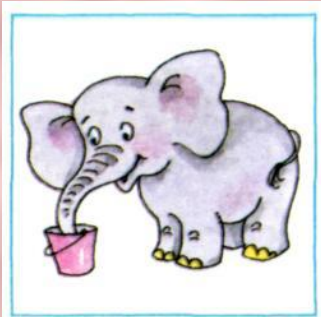
Пароход гудит



- **губы в улыбке;**
- **открыть рот;**
- **с напряжением произнести долгое «ы-ы-ыллл...».**



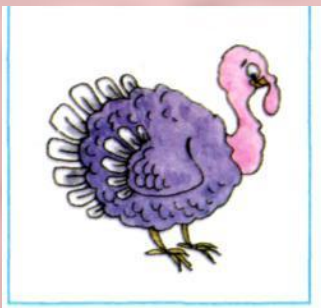
Слоник пьёт



- **вытянув вперёд губы трубочкой, образовать «хобот слоника»;**
- **«набирать водичку», слегка при этом причмокивая.**



Индюки болтают



- **языком быстро двигать по верхней губе - «бл-бл-бл-бл...».**



Орешки



- **рот закрыт;**
- **кончик языка с напряжением поочередно упирается в щёки;**
- **на щеках образуются твёрдые шарики - «орешки».**



Качели



- **улыбнуться;**
- **открыть рот;**
- **кончик языка за верхние зубы;**
- **кончик языка за нижние зубы.**



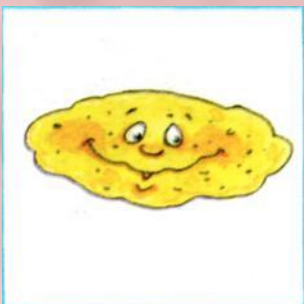
Часики



- улыбнуться, открыть рот;
- кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой.



Блинчик



- улыбнуться;
- приоткрыть рот;
- положить широкий язык на нижнюю губу

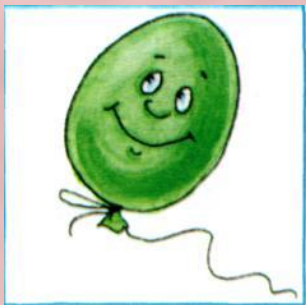


Вкусное варенье



- улыбнуться;
- открыть рот;
- широким языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу.





Шарик

- надуть щёки;
- сдуть щёки.



Гармошка

- улыбнуться;
- сделать «грибочек»;
- (т. е. присосать широкий язык к нёбу);
- не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать).



Барабанщик

- улыбнуться;
- открыть рот;
- кончик языка за верхними зубами: «дэ-дэ-дэ...».



Парашютик



- на кончик носа положить ватку;
- широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх.



Загнать мяч в ворота



- «вытолкнуть» широкий язык между губами (словно загоняешь мяч в ворота);
- дуть с зажатым между губами языком (щеки не надувать).



упражнения с бусиной



ОБОРУДОВАНИЕ:

бусина диаметром 2-3 см;

шнурок длиной 30 см.

Шнурок продет через сквозное отверстие бусины.

Взрослый, во время выполнения упражнений контролирует и удерживает шнурок в руках.

«ФУТБОЛ»

Цели: снятие спастики языка,
выработка двигательной функции
артикуляционного аппарата,
устранение инфантильного глотания.

Описание: бусину, продетую через
сквозное отверстие, ребёнок катает во
рту в хаотичном порядке. Взрослый
следит за выполнением упражнения,
удерживая концы шнурка.



«Коснись языком бусины»

Цели: активизация мышц
кончика языка.



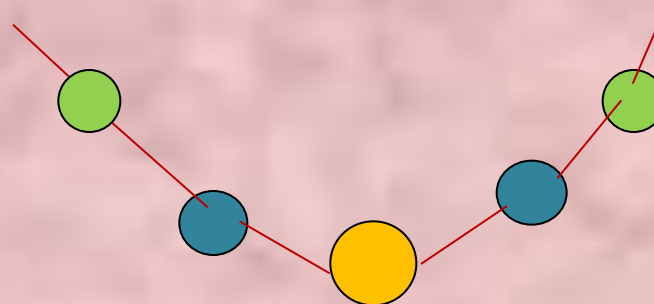
Описание: взрослый держит
шнурок в горизонтальном
положении, ребёнок касается
кончиком языка бусины.

«Посчитай»

Цели: активизация мышц языка,
выработка подвижности
языка.

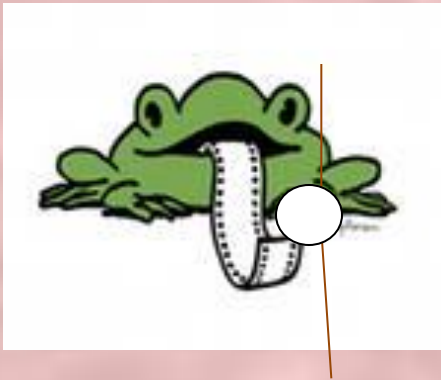


Описание: взрослый держит
шнурок в горизонтальном
положении, ребёнок
передвигает кончиком языка
бусины справа налево и слева
направо.



«Удержи бусину»

Цели: активизация мышц кончика языка,
выработка движений языка вверх.



Описание: взрослый держит шнурок в вертикальном положении, ребёнку предлагается удержать кончиком языка бусину.

«Лифт»

Цели: активизация мышц кончика языка,
выработка подвижности языка.

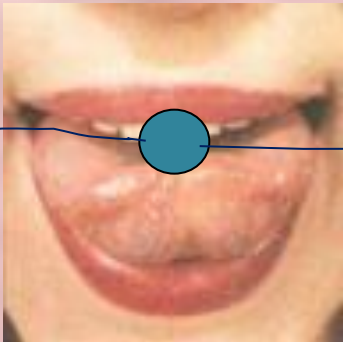
Описание: двигать кончиком языка бусину снизу вверх при вертикально натянутом шнурке.



«Смотри, не урони»

Цели: активизация мышц
средней части языка.

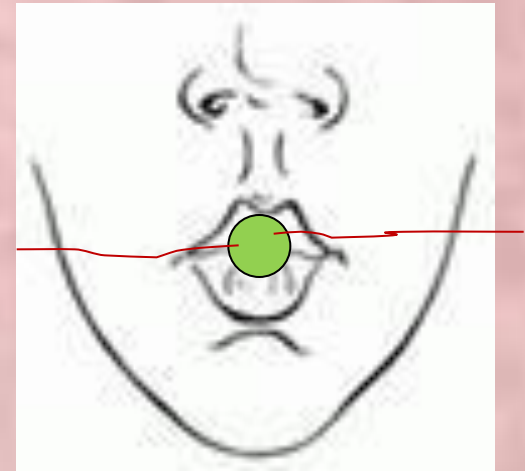
Описание: язык в форме
«чашечки», бусина находится
внутри «чашечки», ребёнку
предлагается удержать её.



«Поймай бусину»

Цели: выработка подвижности губ, коррекция мимики лица.

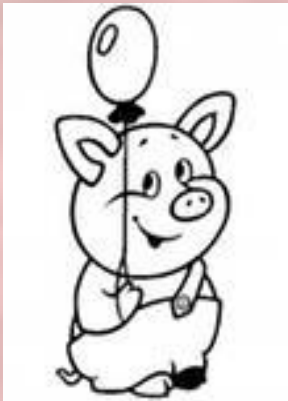
Описание: при горизонтально натянутом шнурке ребёнку предлагается захватить губами бусину и удерживать её.



«Пятачок»

Цели: выработка подвижности губ и коррекция мимики лица.

Описание: сжатыми губами удерживать бусину, нанизанную на шнурок, и выполнять круговые движения губами.



УПРАЖНЕНИЯ С ЛОЖКОЙ



«Сильный язычок»

Цели: укрепление мышц языка и его подвижности.

Описание: чайную ложку зажать в кулак и приставить к углу рта, толкать языком в вогнутую сторону ложки влево и вправо; вверх и вниз; то же, но подталкивать язычок в выпуклую часть ложки.



«Подвижные губки»

Цели: выработка подвижности губ.

Описание:

а) губы растянуть в улыбку. Выпуклой частью чайной ложки совершать круговые движения вокруг губ по часовой стрелке и против;

б) держим ложку перед губами, сложенными трубочкой, выпуклой стороной плотно прижать к губам и совершать круговые движения по часовой стрелке и против.



«Мишка»

Цели: отработка тонких дифференцированных движений кончика языка.

Описание: рот открыт, губы в улыбке. Предложить ребёнку вылизывать вогнутую часть ложки кончиком языка, постепенно уменьшая размер ложки от столовой до десертной, чайной, кофейной.



«Похлопаем по щёчкам»

Цели: массаж щёк.

Описание: взять по чайной ложке в правую и левую руки и совершать лёгкие похлопывающие движения по щекам снизу вверх и сверху вниз.

СПАСИБО ЗА



Используемые источники:

Бардышева Т.Ю., Моносова Е.Н. Тра—ля—ля для язычка. – М.: Изд. КАРАПУЗ, 2005.

Коноваленко В.В., Коноваленко СВ. Артикуляционная, пальчиковая гимнастика и дыхательно—голосовые упражнения. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001.

Картотека Мальцевой С.П., Бегуновой И.В. Инновационные приёмы, способствующие улучшения иннервации артикуляционного аппарата детей дошкольного возраста с речевыми нарушениями.