

## Артикуляционная гимнастика.

Чистая речь дошкольника желанна для многих родителей. Это и верно, ведь те дефекты звукопроизношения, которые у двух-трёхлетки естественны и милы, после 4-5 лет уже становятся логопедической проблемой.

Поясню. В период освоения речи произношение малыша всегда несовершенно. Это обусловлено, во-первых, недостаточной развитостью движений речевых органов (языка, нижней челюсти, губ, мягкого нёба), и, во-вторых, находящимся ещё в процессе формирования фонематическим слухом (Фонематический слух - это способность воспринимать и дифференцировать все звуки речи). К 4-5 годам в норме все эти несовершенства уходят сами собой, ребёнок осваивает произношение всех звуков и правильное использование их в словах.

Но нередко бывает и так, что дефекты звукопроизношения не исправляются естественно к этому возрасту и принимают форму устойчивого нарушения. В этом случае важно своевременно начать систематические занятия с логопедом, поскольку с каждым уходящим годом коррекция даётся всё сложнее, для неё требуется всё больше времени и всё больше усилий ребёнка. Четырёх-пятилетка имеет неоспоримое огромное

преимущество перед семилеткой в решении своих произносительных проблем.

Давайте обсудим, что может помочь ребёнку эффективно овладеть звукопроизношением, как на этапе естественного освоения, так и в случае необходимости коррекционных занятий. Увлекательным и действенным методом будет артикуляционная гимнастика.

С помощью артикуляционной гимнастики тренируются правильные полноценные движения речевых органов, которые необходимы для правильного произношения звуков. Если попроще, то её можно назвать "зарядкой для язычка" и легко сделать любимой и весёлой игрой для малыша.

Каждое из упражнений имеет своё образное название, в занятиях с ребёнком воспитатели могут использовать его или придумать своё, более удачное. Названия позволяют превратить артикуляционную гимнастику в игру, заинтересовывают и увлекают ребёнка. Ещё лучше, если взрослый придумает целую сказку о весёлом выдумщике язычке, которому не сидится на месте

## Итак, упражнения:

### "Лопата"



широкий и расслабленный язычок ложится на нижнюю губу и отдыхает (10-15 секунд). Внимательно следить за тем, чтобы язычок был максимально расслаблен, не подрагивал

### "Ямка"

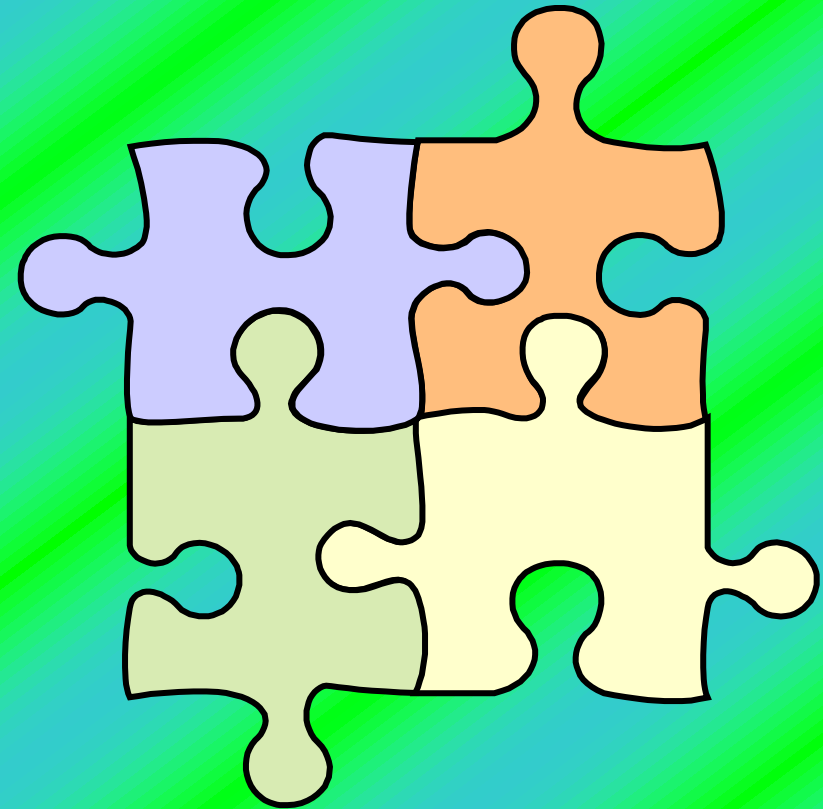


из широко раскрытого ротика высунулся широкий язычок. Его кончик и края поднимаются вверх, тянутся к зубкам, но не достают. Удерживается в таком положении 15 секунд

### "Иголка"



Язычок высунулся сильно из ротика, напрягся, стал узким и острым, как колючая иголка. Удерживается в таком положении 15 секунд



### "Рулончик"



широкий мягкий язычок сильно высунулся из ротика. Верхние зубы прижимают-удерживают его, а кончик языка свернулся рулончиком и прижимается к нижним зубкам изнутри. Удерживается в таком положении 15 секунд

### "Маятник"

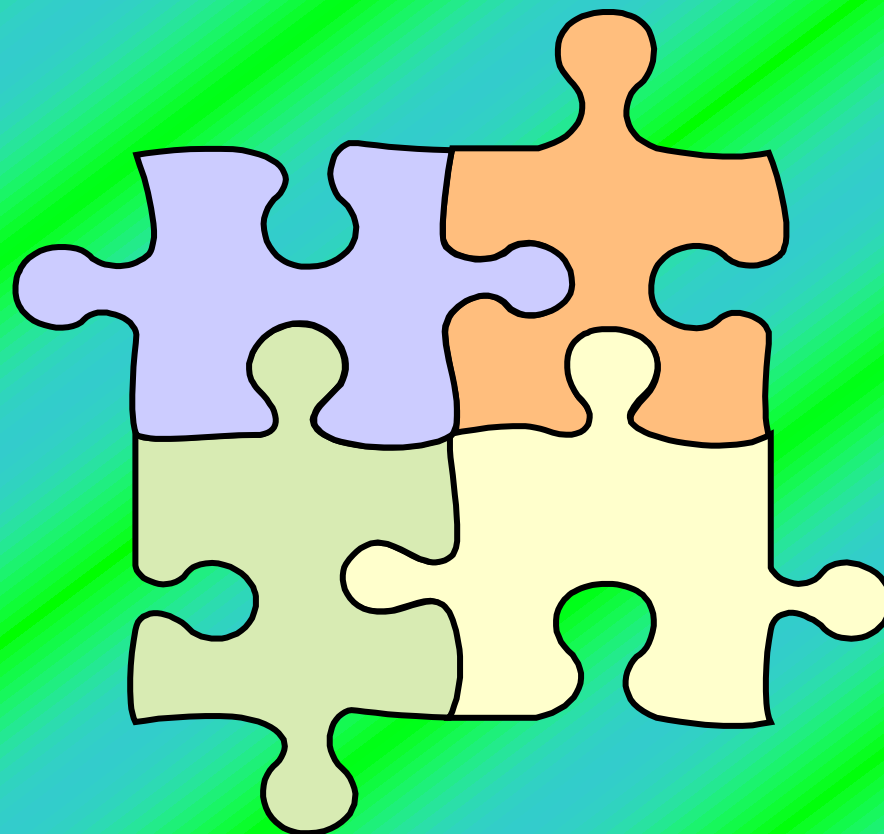


высовывается узкий плотный язычок и передвигается то вправо, то влево, смотрит на правую щеку, потом медленно скользит к левой, и обратно. Повторить медленно 15-20 раз

### "Лошадка"



язычок присасывается к нёбу, потом цокает, как лошадка копытцами. Цокаем сильно, медленно - тянется подъязычная связка. Повторить медленно 10-15 раз



### "Резинка"



язычок присасывается к нёбу и удерживается крепко. При этом нижняя челюсть опускается вниз, натягивая подъязычную связку как резинку. Повторить медленно 15-20 раз

### "Качели"



узкий плотный язычок поочерёдно тянется то к носу, то к подбородку. Повторить медленно 10-15 раз

### "Вкуснятина"

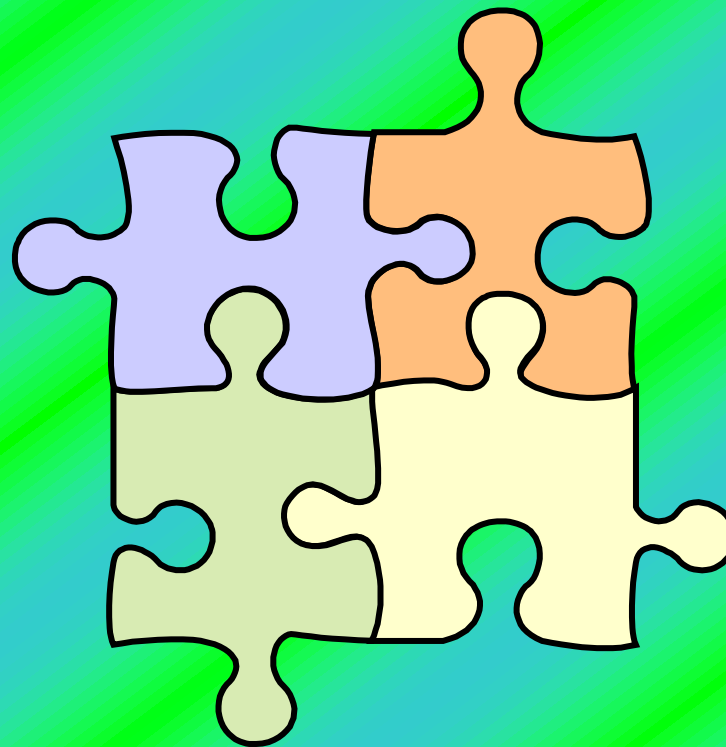


высовывается широкий мягкий язычок, смачно облизывает верхнюю губу и прячется обратно в рот. Повторить медленно 15-20 раз

### "Змея"



острый узкий язычок сильно высовывается, а потом убирается вглубь рта. Повторить медленно 15-20 раз



## "Колесо"

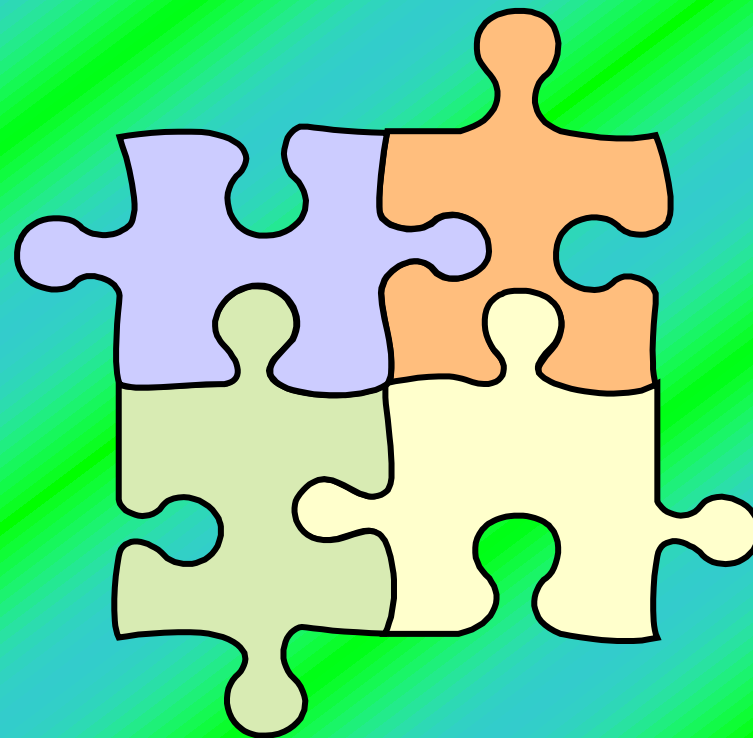


облизывать верхнюю, затем нижнюю губу по кругу - несколько раз по часовой стрелке, потом несколько раз против часовой стрелки. Повторить медленно 10 раз

## "Катушка"



исходное положение - упражнение "Рулончик". Кончик языка постоянно упирается в нижние зубы изнутри, а широкий язычок "выкатывается" изо рта и прячется. Повторить 15 раз



Не обязательно делать все упражнения за один раз. Хорошо уделять гимнастике 3-5 минут несколько раз в течение дня, если ребёнок хочет больше - на здоровье! Уделите много внимания увлекательной организации гимнастики, постарайтесь заинтересовать ребёнка, не принуждать его, чтобы с речевыми движениями не ассоциировалось негативное настроение.

**Успехов!**

## **Упражнения для развития мышц речевого аппарата**

*Прежде, чем приступить к выполнению упражнений, прочтите рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.*

**Лягушка.** Удерживание губ в улыбке, как бы беззвучно произнося звук и. Передние верхние и нижние зубы обнажены.

Тянуть губы прямо к ушкам очень нравится лягушкам.

Улыбаются, смеются, а глаза у них, как блюдца.

Как весёлые лягушки тянем губки прямо к ушкам.

Потянули - перестали. И нисколько не устали!

**Слон.** Вытягивание губ вперёд трубочкой, как бы беззвучно произнося звук у.

Подражаю я слону -

Губы хоботом тяну.

А теперь их отпускаю

И на место возвращаю.

**Лягушка-слон.** Чередование положений губ: в улыбке - трубочкой. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

Свои губы прямо к ушкам растяну я, как лягушка.

А теперь слонёнок я, хоботок есть у меня.

**Рыбка.** Спокойное широкое открывание и закрывание рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

**Качели.** Рот широко открыт, губы в улыбке. Ритмично меняем положение языка:

1) кончик языка за верхними резцами; 2) кончик языка за нижними резцами. Двигается только язык, а не подбородок!

На качелях я качаюсь вверх, вниз, вверх, вниз.

И всё выше поднимаюсь вверх, вниз, вверх, вниз.

**Часики.** Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Кончик языка поочередно касается то левого, то правого угла рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт. Подбородок

не двигается! Тик-так, тик-так, ходят часики вот так.

**Лопаточка.** Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Широкий, расслабленный язык лежит на нижней губе. Такое положение удерживается 5-10 сек. Если язычок не хочет расслабиться, можно похлопать его верхней губой, произнося при этом: пя-пя-пя.

**Язычок** широкий, гладкий, получается лопатка

И при этом я считаю: раз, два, три, четыре, пять...

**Иголочка.** Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Высунуть изо рта узкий, напряжённый язык. Удерживать 5-10 сек.

Язычок вперёд тяну, подойдёшь, и уколую. И опять буду считать: раз, два, три, четыре, пять...

**Лопаточка-иглочка.** Чередование положений языка: широкий-узкий. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

Язык лопаточкой лежит и нисколько не дрожит.  
Язык иглочкой потом и потянем остриём.

**Горка.** Рот широко открыт, губы слегка в улыбке. Кончик языка упирается в нижние зубы, спинка языка выгнута дугой. Удерживать 5-10 сек. Затем верхние передние зубы с лёгким нажимом проводят по спинке языка от середины к кончику.

Спинка язычка сейчас станет горочкой у нас. Ну-ка, горка, поднимись! Мы помчимся с горки вниз. Скатываются зубки с горочки.

**Постучимся в дверку.** Рот широко открыт, губы слегка в улыбке. Кончик языка упирается в нижние зубы, спинка языка выгнута дугой. Чередовать следующие движения: отодвигать язык вглубь рта и приближать к передним нижним зубам. Упражнение выполняется ритмично, под счёт..