

## *Артикуляционная гимнастика*

### *Необходимость и правила выполнения*

**Артикуляционная гимнастика** — это упражнения для органов артикуляционного аппарата: губ, языка. При регулярных выполнениях упражнений развивается точность, сила и дифференцированность движений органов артикуляции, ребенок четче переходит от одной артикуляционной позы к другой, точнее удерживает нужное положение языка и губ, необходимое для правильного произнесения звуков в речевом потоке.

#### **Зачем нужна артикуляционная гимнастика**

- чтобы сформировать правильное произношение звуков родного языка;
- при невнятной речи, когда наблюдается вялая артикуляция;
- при нарушении произношения звуков;
- для профилактики нарушений звукопроизношения.

#### **Памятка для родителей по выполнению артикуляционной гимнастики.**

1. Проводить речевую гимнастику необходимо ежедневно, в спокойной обстановке. Для контроля над движениями необходимо зеркало.
2. Все упражнения надо выполнять естественно, без напряжения (ребенок сидит спокойно, плечи не поднимает, пальцы рук не напряжены и не двигаются) .
3. Некоторые упражнения делаются под счет, который ведет взрослый. Это необходимо для того, чтобы у ребенка выработалась устойчивость наиболее важных положений губ, языка.
4. Каждое упражнение надо повторять 5-7 раз, длительность занятия – около 5 мин.
5. Выполнять упражнения только по указаниям логопеда.

#### **Упражнения для губ**

##### **1. Улыбка.**

Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

##### **2. Хоботок (Трубочка).**

Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

##### **3. Заборчик.**

Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

#### **4. Бублик (Рупор).**

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

#### **5. Заборчик - Бублик. Улыбка - Хоботок.**

Чередование положений губ.

**6.** Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.

**7.** Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".

**8. Недовольная лошадка.** Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фыркание лошади

#### **Упражнения для языка**

**1.«Лопатка»** - улыбнуться, приоткрыть рот, широкий передний край языка положить на нижнюю губу, удерживать под счет 1-5, 1-10.

**2. «Наказать непослушный язык»** - положение языка как при упражнении «Лопатка», - язычок лежит на нижней губе, пошлепывая его губами произносить «ПЯ-ПЯ-ПЯ-ПЯ». Язык не должен напрягаться в это время или «убегать» в рот.

**3.«Фокус»** - улыбнуться, приоткрыть рот, широкий передний край языка положить на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. ватка должна полететь вверх. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.

**4.«Грибок»** - язык внутри рта, рот широко открыт, язык поднимается к верхнему небу (как грибок к солнышку) удерживается под счет 1-5.

**5. «Маляр»** - улыбнуться, открыть рот и «погладить» кончиком языка твердое небо, делая движения языком вперед-назад (как кисть маляра).

**6. «Индюк»** - приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы – как бы поглаживая ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится БЛ-БЛ-БЛ-БЛ.

**7.«Барабанщики»** - улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося: Д-Д-Д-Д. постепенно убаыстрыть темп.

**8.«Качели»** - улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5. потом поднять широкий язык за верхние зубы и так же удерживать под счет от 1 до 5.

**9.«Лошадка»** - улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает).

**10. «Горка» («Киска сердится»)** Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.