

Артикуляционная гимнастика

Использованная литература: Косина Е. «Гимнастика для развития речи»

Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

Уважаемые родители! Предлагаю вашему вниманию комплекс упражнений для укрепления мышц артикуляционного аппарата (языка, щек, губ, неба)

- ✓ Если у ребенка вялая артикуляция, речь не внятная, хотя он может произнести звуки четко...
- ✓ Если ребенку предстоят занятия с логопедом...
- ✓ Если речь ребенка в процессе формирования...

то артикуляционная гимнастика поможет сделать речь более четкой, подготовит и укрепит речевые мышцы для дальнейших занятий, поможет формированию правильного произношения.

Детям 2-3 лет артикуляционная гимнастика поможет быстрее «поставить» правильное звукопроизношение.

Дети 4-6 лет смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.

Как выполнять артикуляционную гимнастику?

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Все упражнения выполняются естественно, без напряжения. (Ребёнок сидит спокойно, плечи не поднимаются, пальцы рук не напряжены и не двигаются). Обязательно надо следить за правильностью выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.

Упражнения проводятся:

- систематически (желательно проводиться 2-3 раза в день.)
- непродолжительно (От 2-3 минут в начале работы до 5-7 минут в дальнейшем.)
- перед зеркалом. На первых этапах работы, чтобы кроме тактильных ощущений был ещё и зрительный контроль.
- в начале использовать 2-3 упражнения. Новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления.
- каждое упражнение желательно повторять 5-7 раз.
- статические упражнения надо удерживать 10-15 секунд. Сразу это время задерживать артикуляционную позу очень сложно, поэтому надо постепенно увеличивать время, начиная от 2-3 секунд.
- динамические упражнения выполняются плавно и максимально точно. Темп

постепенно можно увеличивать, но следить, чтобы правильность выполнения соблюдалась.

Важно помнить, что необходимым условием для эффективного усвоения упражнений является эмоционально-положительный настрой как ребенка, так и взрослого! Для этого мы предлагаем занимательные стихи к каждому упражнению, которые не только помогут легче запомнить упражнения, но и создадут веселое легкое настроение!

Желаем Вам успехов в развитии ваших детей!

Комплекс артикуляционных упражнений

Бегемотики

Рот пошире открываем,
В бегемотиков играем:
Широко раскроем ротик,
Как голодный бегемотик.
Закрывать его нельзя,
До пяти считаю я.
А потом закроем рот –
Отдыхает бегемот.
О. Хинн.

Описание упражнения: открыть рот как можно шире, удерживать его в таком положении до счёта пять, потом закрыть рот. Повторить 3-4 раза.

Лягушки

Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к ушкам.
Вы сейчас тяните губки -
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем - перестанем
И нисколько не устанем

Описание упражнения: улыбнуться, показать сомкнутые зубки. Удерживать губы в таком положении до счёта <<пять>> (до счёта десять), затем вернуть губы в исходное положение. Повторить 3-4 раза.

Слон

Буду подражать слону!
Губы хоботом тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.

Описание упражнения: сомкнутые губы вытянуть вперёд и удерживать в таком положении до счёта пять (потом до счёта десять), вернуться в исходное положение.

Блинчики

Испекли блинов немножко,
Остудили на окошке.
Есть их будем со сметаной,
Пригласим к обеду маму.

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу и удерживать его неподвижно под счёт взрослого до пяти;

О. Х и н н

Расческа

С волосами я дружу,
Их в порядок привожу.
Благодарна мне причёска.
А зовут меня... (расчёска).

Змея

Подражаем мы змее,
С ней мы будем наравне:
Высунем язык и спрячем,
Только так, а не иначе.

Чашка

Вкусных мы блинов поели,
Выпить чаю захотели.
Язычок мы к носу тянем,
Чашку с чаем представляем.

Часики

Тик-так, тик-так.
Язычок качался так,
Словно маятник часов.
Ты в часы играть готов?

Шарики

Я надул воздушный шарик
Укусил его комарик.
Лопнул шарик. Не беда
Новый шар надую я.

Футбол

Во дворе народ толпится,
Там идет футбольный матч.
И вратарь наш, Генка Спицын,
Пропустит не должен мяч...
Н. Тегипко

потом до десяти

Описание упражнения: улыбнуться,
закусить язык
зубами. Протаскивать язык между
зубами вперёд-назад,
как бы причёсывая его.

Описание упражнения: улыбнуться,
открыть рот; высунуть язычок изо рта,
затем
спрятать. Повторить 3-4 раза.

Описание упражнения: улыбнуться,
открыть рот, высунуть
язык и тянуть его к носу. Стараться,
чтобы бока
язычка были загнуты в виде чашечки
(чтобы чай не пролился).
Стараться не поддерживать язык нижней
губой.
Удерживать язык в таком положении под
счёт до пяти, потом
до десяти. Повторить 3-4 раза.

Описание упражнения: улыбнуться,
открыть рот.
Тянуться языком попеременно то к
левому углу рта, то
к правому. Повторить 5-10 раз.

Описание упражнения: надуть одну
щёку - сдуть. Затем надуть другую и
сдуть.
Надувать попеременно 4-5 раз.

Описание упражнения: рот закрыть,
кончик языка
с напряжением упирать то в одну, то в
другую щеку так,
чтобы под щекой надувались мячики.

Качели

Сели дети на качели
И взлетели выше ели.
Даже солнышка коснулись,
А потом назад вернулись.

Индюк

Я - индюк «балды-балда».
Разбегайтесь кто куда.

Месим тесто

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем
После скалку мы возьмем,
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим.
Раз, два, три, четыре, пять -
Не пора ли вынимать?
О. Хинн

Вкусное варенье

Блин мы ели с наслаждением
Перепачкались вареньем.
Чтоб варенье с губ убрать,
Ротик нужно облизать.

Лошадка

Я - весёлая лошадка,
Тёмная, как шоколадка.
Язычком пощёлкай громко -
Стук копыт услышишь звонкий.

Описание упражнения: улыбнуться, открыть широко рот, на счёт раз - опустить кончик языка за нижние зубы, на счёт два - поднять язык за верхние зубы. Повторить 4-5 раз.

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх, двигать языком по верхней губе вперёд-назад, произнося: была-была-была...

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, покусать язык зубами - та-та-та...; пощёпать язык губами - пя-пя-пя...; закусить язык зубами и протаскивать его сквозь зубы с усилием.

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот; не закрывая рот, облизывать языком верхнюю губу; нижней губой стараться язык не поддерживать. Повторить 4-5 раз

Описание упражнения: улыбнуться, широко открыть рот, щёлкать языком громко и энергично. Стараться, чтобы нижняя челюсть была неподвижна и прыгал только язык.