

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



Методические указания к выполнению артикуляционных упражнений

Артикуляционная гимнастика проводится **сидя**, так как в этом положении у ребенка не напряжено тело, спина прямая, руки и ноги в спокойном состоянии. Воспитатель сидит перед детьми, медленно и четко показывает упражнение, дети повторяют за ним. Взрослый должен проконтролировать качество выполняемого движения, помочь ребенку с помощью наводящих вопросов разобраться в своих ощущениях, определить, что делает его язык (губы), где он находится, какой он и т.п., т.к. ребенок должен ощущать, сознавать, контролировать и запоминать свои движения. Движения выполняются **неторопливо, ритмично, четко**. Закрепление любого навыка требует систематического повторения действия, чтобы вырабатываемые навыки становились прочными, **артикуляционную гимнастику** надо проводить **ежедневно**, не более 5 минут. Ее можно проводить перед приемом пищи, в период отдыха между занятиями, какие-то упражнения можно вводить в ходе различных занятий. За одно занятие можно провести 2-3-4 упражнения, это зависит от того, как дети усвоили то или иное упражнение. Помним о правиле : постепенно переходим от простого к сложному.

Чтобы у ребенка вызвать интерес к выполняемым упражнениям, артикуляционная гимнастика проводится в игровой форме: упражнению дается какое-то название, оно сопровождается каким-то стихотворным текстом, которое во время выполнения упражнения произносится взрослым или про себя самим ребенком.

Во всем комплексе артикуляционной гимнастики можно выделить 3 части:

- упражнения для губ
- упражнения для языка
- упражнения на дыхание.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГУБ:

« Клоун» , « Петрушка», « Весёлые лягушки».

Описание: *Широко улыбнуться при сжатых челюстях, обнажая зубы.
Удерживать позицию до 10 сек. Повторять 5-7 раз.*

Предложите ребёнку поиграть с весёлым Клоуном (Петрушкой, Лягушкой и т.п.). Клоун выступает в цирке, он улыбается и веселит детей и взрослых. Теперь ваш ребёнок будет Клоуном, который широко улыбается и веселит родителей.

«Засмеялся Клоун вдруг, улыбнулись все вокруг.»

- Аналогичная игра с « **Веселыми лягушками**»:

«Тянем губы прямо к ушкам, улыбаются лягушки»



«Хобот слоненка»:



А теперь на арену цирка вышел слонёнок.
Он тянет свой хобот и просит у детей
что-нибудь вкусненькое.

Описание:

Вытянуть вперед сомкнутые губки ,зубы сомкнуть.

Удержать позицию до 10-15 сек., вернуться в исходное положение.

Повторить 5-7 раз.

Подражаю я слону,
Губы хоботом тяну...
Даже если я устану,
Их тянуть не перестану.
Долго буду так держать,
Свои губы укреплять.
А теперь их опускаю и на место возвращаю.
Губы не напряжены и рассла-а-б-ле-е-ны..

«Пароходик»

Предложите ребёнку погудеть как пароход:
уууууууууууууу.

При этом губы малыша вытягиваются вперед.

«Клоун – Слон» (динамическое упражнение)

А теперь на арену цирка будут выходить то КЛОУН, то СЛОН.

По команде воспитателя ребёнок то растягивает губы в улыбку («Клоун»), обнажив верхние и нижние резцы, то вытягивает губы вперед «хоботком».

Упражнение выполняется в заданном воспитателем темпе: сначала медленно, затем с ускорением, можно с задержкой на каком-то элементе, тем самым развивая слуховое внимание



СИРЕНА ПОЛИЦЕЙСКОЙ МАШИНЫ



Предложите ребенку озвучить сирену полицейской машины : И-У И-У И-У И-У.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЯЗЫКА

1.«Бегемот»:

Ребенку предлагается поиграть в бегемотиков.

Описание:

Широко улыбнуться, обнажив зубы и раскрыв широко рот. Язык свободно лежит во рту, его кончик у нижних зубов. Удерживать позицию до 10 сек. вернуться в исходное положение. Повторять 5-7 раз.

Бегемот разинул рот,
Просит булки, бегемот.

Рот пошире открываем,
В бегемотиков играем.
1,2,3,4,5, а теперь закроем рот,
отдыхает бегемот.



Поскольку для большинства звуков русского языка требуется широкое положение языка, учим ребёнка расслаблять язык.

2.Месим тесто

Ребёнку предлагается сделать тесто для пирогов, чтобы угостить бегемотов.

Описание: *улыбнуться, открыть рот, высунуть широкий язык покусать язык зубами -ТА-ТА-ТА...(10раз), затем пошлепать язык губами- ПЯ-ПЯ-ПЯ....(10раз), далее закусить язык зубами и протаскивать сквозь зубы с усилием.*



Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем.
После скалку мы возьмем,
1,2,3,4,5 – не пора ли вынимать?



3. «Покусаем язычок»:

Губы в улыбке. Для расслабления языка слегка покусывать его зубами по всей поверхности, постепенно высовывая и снова втягивая.10 раз.

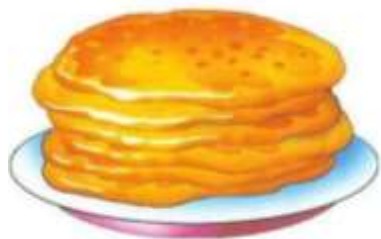
Покусаем язычок,
чтоб говорить он лучше мог.

4.БЛИНЧИК

Ребенку предлагается испечь блинчики. Откроем печку –наш ротик, испечем круглый блинчик и положим его остужаться на подоконник-нижнюю губу. Блинчик остынет, быстро его съедим.

Описание: Открыть рот, положить широкий кончик языка на нижнюю губу, удерживать положение 10 счетов. Затем язык убирается в ротовую полость, рот закрывается. Повторить 6-8 раз.

Важно, чтобы ребенок был расслаблен, особенно в шейном отделе. Следим, чтобы нижняя губа не натягивалась на нижние зубы.



«Блинчик я пеку, пеку,
На окошке остужу,
Всех друзей я угощу.»

Если у ребенка сразу не получается сделать БЛИНЧИК, то предлагается положить кончик языка на нижнюю губу, слегка пошлепать язык верхней губой, произнося: пя-пя-пя-пя-пя. Воспитатель дает команду: Замри! Ребенок оставляет рот открытым, зафиксировав широкий язык «блинчиком» на нижней губе. Удерживать положение, считая 10. Повторить 6-8 раз.

На губу язык клади
«Пя-пя-пя» произнеси,
Мышцы расслабляются...

«БЛИНЧИК» получается...
Ты под счет ее держи...
До пяти... до десяти...

5. ЛЕПЕСТОК (статическое упражнение)

Описание :

Открыть слегка рот. Широкий язык положить на верхнюю губу, боковые края языка прижаты к углам рта. Поднимается только язык, нижняя челюсть неподвижна, зубы язык не кусают. Удерживать положение, считая до 10-15. Повторить 6-8 раз.



6. ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ (динамическое упражнение)

Ребёнку предлагается слизать варенье, которое осталось на губе, когда он ел блины.

Описание: *слегка приоткрыть рот, широким кончиком языка «слижи варенье» с верхней губы, делая движения языком сверху вниз. Двигается только язык, зубы язык не держат . 10 раз.*

Ох и вкусное варенье!

Жаль осталось на губе.

Язычок я подниму

И остаточки слижу.

7. ЧАШЕЧКА (статическое упражнение)

Приготовили блины, нальем чай в чашечки.

Описание: *открыть рот, сделать «блинчик», а теперь поднять края широкого языка. Удерживать позицию 10 сек. Повторить 6-8 раз.*



8. Лакание (динамическое упражнение)

Покажем, как кошечки пьют молочко.

Описание: *открыть рот, положить язык «блинчиком» на нижнюю губу, поднять кончик и боковые края языка кверху так, чтобы получилась «чашечка», занести «чашечку» в рот, делать медленные лакательные движения, не опуская края языка, чтобы «не разлить молочко». Повторить 10 раз.*

Мы в котенка поиграем,
Молочко мы полакаем.



9.Веселая лошадка (динамическое упражнение)

Описание:

Улыбнуться, приоткрыть рот, широкий язык у основания верхних передних зубов, медленно, не торопясь, пощелкать широким языком. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, а работал только язычок.15-20 раз.

Я лошадка Серый Бок!

Цок-цок-цок-цок.

Я копытцем постучу,

Цок-цок-цок-цок.

Если хочешь –прокачу.

Цок=цок-цок-цок.

Посмотри как я красива.

Цок-цок-цок-цок.

Хороши и хвост, и грива.

Цок-цок-цок-цок.

Я лошадка Серый Бок!

Цок-цок-цок-цок.



10. Грибок (статическое упражнение)

Описание : улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу так, чтобы подъязычная связка была натянута. Язык- « шляпка грибка», подъязычная связка- « его ножка». Получилась « сыроежка». Удержат положение 10-15 сек. Повторить 6-8 раз.

Упражнение выполняется от упражнения «Лошадка»

На тонкой ножке вырос гриб

Он не мал и не велик.

Присосался язычок!

Несколько секунд молчок!

Я в лес пошла, я грибок нашла. Вот грибок, так грибок! Положу я в кузовок.



11.« Почистим зубки»

У некоторых детей наблюдается межзубное произношение свистящих и шипящих звуков, т.е. язык или лежит на зубах или высовывается за зубы.

Чтобы удержать широкий язык за нижними зубами, ребёнку предлагается почистить широким языком нижние передние зубки изнутри, двигая языком снизу вверх.

А чтобы поднять широкий язык вверх и удержать его за верхними передними зубами, почистить верхние передние зубы изнутри, двигаясь сверху вниз.



Упражнения: **МЕСИМ ТЕСТО, ПОКУСЫВАЕМ ЯЗЫЧОК, БЛИНЧИК, ЛЕПЕСТОК, ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ, ЧАШЕЧКА, ЛАКАНИЕ ВЕСЕЛАЯ ЛОШАДКА, ГРИБОК** стимулируют подъем широкого языка, его краев и направлены на формирование шипящих и Р, Р ' звуков.

Теперь остановимся на упражнениях, которые способствуют формированию звуков Л и Л'. Этим звукам нужен узкий язык.

11. Любопытный язычок.

Описание: *открыть рот , высунуть язык и тянуть его к выставленному пальцу , карандашу или конфете. Язык при этом становится узким и напряженным. Удерживать до 10. Повторить 5-6 раз.*

12.«Иголочка»

Описание:

открыть рот, высунуть язык далеко вперед, напрягая боковые мышцы и, делая язык узким, удерживать положение, считая до 7-10 раз. Следить, чтобы кончик языка не загибался и не касался губ. Повторить 5-7 раз.

Язык в иголочку превращаю,
Напрягаю и сужаю.
Острый кончик потяну,
До семи считать начну.
Затем язык я расслабляю
И на место возвращаю.



Динамические упражнения для быстрого переключения языка.

13.КАЧЕЛИ

Описание: улыбнуться, открыть рот, на счет «раз» – опустить широкий кончик языка за нижние зубы, на счет «два» – поднять широкий язык за верхние зубы. Двигается только язык. Губы на зубы не натягивать. Повторить 10 раз



На качелях я качаюсь.
Вверх- вниз, вверх- вниз,
высоко я поднимаюсь,
опускаюсь снова вниз..



14. БЛИНЧИК - ИГОЛОЧКА

Описание: улыбнуться, открыть рот, на счёт «раз» сделать БЛИНЧИК, на счёт «два» сделать ИГОЛОЧКУ. Повторить 10 раз.



УПРАЖНЕНИЯ НА ДЫХАНИЕ

Цель: формировать центральную воздушную струю, чтобы воздух не уходил в щеки.

ВОЗДУШНЫЙ ПОЦЕЛУЙ

Описание: *Вытянуть вперед губки , поднести ладошку к губам, сделать поцелуй и подуть на ладошку , как бы сдувая поцелуй. Повторить 5-7 раз.*



СДУЙ СНЕЖИНКУ С ЯЗЫКА

Описание: *открыть рот, улыбнуться, положить язык БЛИНЧИКОМ, прикрыть его верхней губой, (зубами не зажимать!). Сделать вдох носом и ,как бы произнося долгий звук ФФФФФ, сдуть ватный шарик - « Снежинку» с ладошки. Повторить 6-8 раз. Щеки не надувать!*



Любые упражнения на дыхание.
Например:

Упражнения на развитие речевого дыхания

Лети, бабочка!



День рождения



Осенние листья



Вертушка



Песня ветра

