

# **Артикуляционная гимнастика**

## **Консультация логопеда**

**Подготовила:  
логопед-дефектолог Гарусова Т. В.**

# Что такое артикуляционная гимнастика?

Гимнастика для рук, ног- дело привычное и знакомое. Понятно, мы тренируем мышцы - чтобы они стали сильными, ловкими, подвижными.

А вот зачем язык тренировать, ведь он и так «без костей»?

Оказывается, язык- главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Язык должен быть хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением.

Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками. Чтобы эта проблема не возникала у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше.

# Что такое артикуляционная гимнастика?

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - и коррекции нарушений звукопроизношения.

Она включает упражнения:

- для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата
- отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, каждого отдельного звука той или иной группы и всех звуков в совокупности

# **Цель артикуляционной гимнастики**

**Выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.**

**Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо.**

**Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических.**

# **Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики**

- 1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут.**
- 2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.**
- 3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд**
- 4. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.**
- 5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления.**
- 6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.**
- 7. Ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед зеркалом.**
- 8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.**

# Организация проведения артикуляционной гимнастики

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.
2. Взрослый показывает выполнение упражнения.
3. Упражнение выполняет ребенок, а взрослый контролирует выполнение.
4. Если у ребенка не получается какое-то движение, помочь ему.
5. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, можно намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

# Упражнения артикуляционной гимнастики

**«ГРИБОК»** Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка- ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы - в улыбке. Если ребенку не удастся присосать язык, то можно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка». В пощелкивании улавливается нужное движение языка. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«БЛИНЧИК»** Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»** Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху- вниз(можно помазать ее вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой). опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

# Упражнения артикуляционной гимнастики

**«ДЯТЕЛ»** Рот широко открыт и слегка растянут в улыбке, язычок в форме «чашечки» поднят вверх: боковые края языка прижаты к верхним коренным зубкам, а передний край языка поднят за верхние передние зубы к альвеолам. Ребёнок говорит с придыханием Д-Д-Д или Т-Т-Т. Язык «прыгает на бугорках». опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ЁЖИК»** Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг ( правая щека- под верхней губой, левая щека- под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. Так "нарисовать" по 5- 6 кругов в одну и другую стороны. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ЧИСТИМ ЗУБКИ»** Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

# Упражнения артикуляционной гимнастики

**«ИНДЮК»** Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед- назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения, постепенно убыстряясь, затем добавить голос, чтобы слышалось «БЛ-БЛ-БЛ». Следите, чтобы язык не сужался, он должен быть широким. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«КАЧЕЛИ»** Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«МАЛЯР»** Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ПАРУС»** Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поднять и поставить на бугорки (альвеолы) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении на счёт до восьми, потом до десяти. Опустить язык и повторить упражнение 2-3 раза. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

# Упражнения артикуляционной гимнастики

**«РАСЧЕСКА»** Улыбнуться, закусить язык зубами. «Протаскивать» язык между зубами вперед-назад, как бы «причёсывая» его. Выполнять 3-4 раза. . опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ЧАШЕЧКА»** Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ЧАСИКИ»** Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«ФУТБОЛ»** Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щеку так, чтобы под щекой надувались «мячики». опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**«СЛОНИК»** Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на счет до пяти. опубликовано на [www.logolife.ru](http://www.logolife.ru)

**Развивайтесь и развивайте!**

Презентация подготовлена с использованием интернет-ресурсов