

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.

2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. 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. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

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 должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

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 делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

4. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

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

Комплексы упражнений

Целенаправленные упражнения помогают подготовить артикуляционный аппарат ребенка к правильному произнесению нужных звуков. Эти упражнения подбираются, исходя из правильной артикуляции звука, поэтому их лучше объединять в комплексы. Каждый комплекс готовит определенные движения и положения губ, языка, вырабатывает направленную воздушную струю, то есть то, что необходимо для правильного образования звука.

Артикуляционную гимнастик следует всегда начинать с отработки основных движений и положений губ, языка, необходимых для четкого, правильного произношения всех звуков.

Первый комплекс и включает эти основные упражнения.

1. Удерживание губ в улыбке, передние верхние и нижние зубы обнажены.
2. Вытягивание губ вперед трубочкой.
3. Чередование положений губ: в улыбке — трубочкой.
4. Спокойное открывание и закрывание рта, губы в положении улыбки.
5. Язык широкий.
6. Язык узкий.
7. Чередование положений языка: широкий — узкий.
8. Подъем языка за верхние зубы.
9. Чередование движений языка вверх-вниз.
10. Чередование следующих движений языка (при опущенном кончике): отодвигать язык в глубь рта — приближать к передним нижним резцам.

После отработки упражнений первого комплекса воспитатель в зависимости от того, какие звуки нарушены у большинства детей, подбирает соответствующие комплексы и проводит их.

Второй комплекс. Упражнения, способствующие выработке движений и положений органов артикуляционного

аппарата, необходимых для правильного произношения свистящих звуков («Загнуть мяч в ворота», «Наказать непослушный язычок», «Сделать язычок широким», «Кто дальше загонит мяч», «Почистим зубы»).

Третий комплекс. Упражнения, способствующие выработке движений и положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения шипящих звуков («Наказать непослушный язычок», «Сделать язычок широким», «Приклей конфетку», «Грибок», «Кто дальше загонит мяч», «Вкусное варенье», «Гармошка», «Фокус»).

Четвертый комплекс. Упражнения, подготавливающие артикуляционный аппарат для правильного произношения звука л («Наказать непослушный язычок», «Вкусное варенье», «Пароход гудит», «Индюк», «Качели», «Пощелкать кончиком языка»).

Пятый комплекс. Упражнения, подготавливающие артикуляционный аппарат для правильного произношения звука р («Чьи зубы чище?», «Маляр», «Пощелкать кончиком языка», «Вкусное варенье», «Индюк», «Барабанщики»).

Карточка для статического упражнения «Лопаточка»

Цель: Развивать умение расслаблять мышцы языка и удерживать язык в таком положении длительное время.



Объяснение особенностей упражнения

Широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10 — 15 с.

Внимание!

1. Следить, чтобы губы не были напряжены, не растягивались в широкую улыбку, чтобы нижняя губа не подворачивалась и не натягивалась на передние зубы.
2. Язык не высовывается далеко: он должен только накрывать нижнюю губу.
3. Боковые края языка должны касаться углов рта.

Рифмовка для слушанья

Язычок широкий, гладкий —
Получается лопатка.

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Р, Рь, Ш, Ж, Ч, Щ, С, Сь, З, Зь, Ц, Ть, Дь



Карточка для статического упражнения «Чашечка»

Цель: Упражнять в умении удерживать широкий язык в верхнем положении.



Объяснение особенностей упражнения

Рот широко открыть. Широкий язык поднять кверху. Потянуться боковыми краями и кончиком языка к верхним зубам, но не касаться их.

Удерживать язык в таком положении 10 — 15 с.

Внимание!

Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть была неподвижна.

Рифмовка для слушанья

Любим пить мы крепкий чай,
Ну-ка, чашку подставляй!



Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь, Ль

Карточка для статического упражнения «Иголочка»

Цель: Развивать умение напрягать боковые мышцы языка и длительное время удерживать язык в таком положении.



Объяснение особенностей упражнения

Рот приоткрыть. Узкий, напряженный язык высунуть вперед как можно дальше. Удерживать в таком положении 15с.

Рифмовка для слушанья

Язычок наш как иголочка,
Отойди, уколёт колочко!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Л, Р, Рь, Ль



Карточка для статического упражнения «Горка»

Цель: Развивать подвижность мышцы спинки языка.



Объяснение особенностей упражнения

Рот приоткрыть. Сделать язык широким. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Кончик языка упереть в передние нижние зубы.

Удерживать в таком положении 15 с.

Рифмовка для слушанья

Выше, горка, поднимись,
Мы помчимся с горки вниз!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

С, Сь, З, Зь, Ц, Ть, Дь



Карточка для динамического упражнения «Лошадка»

Цель: укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх. Упражнение способствует растяжению укороченной подъязычной связки.



Объяснение особенностей упражнения

Присасывать кончик языка к нёбу. Максимально открыть рот, не отрывая языка от неба. Затем щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть

подъязычную связку. Прodelать 10 — 15 раз.

Внимание!

1. Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, потом быстрее.
2. Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.
3. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, т.е. чтобы ребенок щелкал языком, а не чмокал.

Рифмовка для слушанья

Причешу лошадке хвостик
И на ней поеду в гости
Цокай громче, язычок,
Чтоб никто догнать не мог!

*Звуки, вызыванию которых
способствует данное упражнение*



Р, Рь, Ш, Ж, Ч, Щ

Карточка для динамического упражнения «Грибок»

Цель: выработать подъём языка вверх, растягивая подъязычную связку (уздечку).



Объяснение особенностей упражнения

Широкий язык присосать к нёбу. Рот раскрыть как можно шире, так, чтобы «ножка грибка» (уздечка языка) натянута.

Внимание!

1. Следить, чтобы губы были в положении улыбки.
2. Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно - ни одна половина не должна опускаться.
3. При повторении упражнения надо открывать рот шире.

Рифмовка для слушанья

Язычок у нас грибок,
Подставляйте кузовок!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Р, Рь, Ш, Ж, Ч, Щ, Ль



Карточка для динамического упражнения «Качели»

Цель: вырабатывать умение быстро менять положение языка, необходимое при соединении звука л с гласными, а, ы, о, у.



Объяснение особенностей упражнения

Рот приоткрыть. Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно к носу, к подбородку. Рот не закрывать.

Так поочередно менять положение языка 4-6 раз.

Внимание!

Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

Рифмовка для слушанья

Вот веселые качели —
Выше крыши подлетели,
На качелях вверх и вниз
Ты качаться не ленись!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение



Р, Рь, Ш, Ж, Ч, Щ

Карточка для динамического упражнения «Вкусное варенье»

Цель: вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки.



Объяснение особенностей упражнения

Рот приоткрыть. Высунуть широкий язык, облизать им всю верхнюю губу и убрать вглубь рта.

Внимание!

1. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не "подсаживала" язык наверх - она должна быть неподвижной (можно придерживать её пальцем).
2. Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.
3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению "Наказать непослушный язык". Как только язык станет распластанным, нужно поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.

Рифмовка для слушанья

Мы вареньем, крепким чаем
Всех знакомых угощаем...
С губ сотрем следы варенья,
Угощенья-объеденья!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Р, Рь, Ш, Ж, Ч, Щ



Карточка для динамического упражнения «Змейка»

Цель: Развивать боковые мышцы языка.



Объяснение особенностей упражнения

Сделать упражнение «Иголочка». Узкий язык, похожий на жало, максимально выдвигать вперед и убирать вглубь рта.

Рифмовка для слушанья

Показала змейка жало,
Убрала и хвост поджала...
Жало вынула опять,
Хочет всех вас испугать!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

ТЬ, ДЬ, К, КЬ, Г, ГЬ, Х, ХЬ, И, Л



Карточка для динамического упражнения «Маляр»

Цель: отрабатывать движение языка вверх и его подвижность.



Объяснение особенностей упражнения

Широко раскрыть полость рта. Широким кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов до маленького язычка и обратно.

Внимание!

1. Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.
2. Следите, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, и не высовывался изо рта.

Рифмовка для слушанья

Мы покрасим потолок,
Маляром стал язычок,
Будет чистым (вот дела!)
Все до дальнего угла!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Р, Рь, Л, Ль, Ш, Ж, Ч, Щ



Карточка для динамического упражнения «Громкий барабан»

Цель: укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъем языка вверх и умение делать кончик языка напряженным.



Объяснение особенностей упражнения

Рот широко открыт. Широкий язык поднять вверх. Произносить громко, отрывисто, многократно, не опуская кончика языка: ДДДДДД. Звук "д" произносить медленно, постепенно

ускоряя темп.

Внимание!

1. Рот должен быть все время открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.
2. Следить, чтобы звук "д" носил характер четкого удара, не был хлюпающим.
3. Кончик языка не должен подворачиваться.
4. Звук "д" нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя. Для этого надо поднести ко рту кусочек ваты. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

Рифмовка для слушанья

Язычок мой крепким станет,
Барабанить не устанет.
Барабана страшный гром
Оглушит огромный дом!



Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Р, Рь, Ль

Карточка для статического упражнения «Парус»

Цель: Растягивать подъязычную связку; развивать умение расслаблять мышцы языка в приподнятом положении.



Объяснение особенностей упражнения

Рот широко открыть. Узкий язык поднять вверх, коснуться «бугорков» (альвеол) за верхними зубами.

Рифмовка для слушанья

Выше парус поднимай!
В путь кораблик отправляй!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

Р, Рь, Ш, Ж, Ч, Щ, Л, Ль



Карточка для статического упражнения «Дудочка»

Цель: Развивать круговые мышцы губ.



Объяснение особенностей упражнения

Высунуть широкий язык. Боковые края языка максимально загнуть вверх. Подуть в получившуюся «дудочку».

Рифмовка для слушанья

Дудочка, гуди сильней,
Созовем мы всех друзей!

Звуки, вызыванию которых способствует данное упражнение

С, Сь, З, Зь, Ц, Ш, Ж, Ч, Щ, Ть, Дь



Карточка для динамического упражнения «Лодочка»



Объяснение особенностей упражнения

Сделать упражнение «Лопаточка». Кончик и боковые края языка загнуть вверх (в отличие от упражнения «Чашечка», язык высоко не

поднимать).

Рифмовка для слушанья

Лодочку могу свернуть
И на ней отправлюсь в путь,
Как ни высока волна,
Лодке не страшна она!



*Звуки, вызыванию которых способствует данное
упражнение*

Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь

Карточка для динамического упражнения «Щетка-Сметка»



*Объяснение особенностей
упражнения*

Рот приоткрыть. Высунуть узкий язык. Двигать языком вправо, влево, не убирая его вглубь рта.

Рифмовка для слушанья

Щеткой кухню подмету,
Наведу там чистоту,
Вправо, влево гну щетинки,
Не оставлю ни соринки!

*Звуки, вызыванию которых способствует
данное упражнение*

Л, Р, Рь, Ль



Карточка для динамического упражнения «Колесо»



*Объяснение особенностей
упражнения*

Сделать упражнение «Горка». Среднюю часть языка максимально выдвигать вперед, а затем убирать вглубь рта. Язык перемещать вперед-назад в

форме валика.

Рифмовка для слушанья

Покатилось колесо,
Отвалилось, вот и все...
Колесо, вернись назад!
Пожалей мой самокат!

*Звуки, вызыванию которых
способствует данное упражнение*

С, Сь, З, Зь, Ц, Ть, Дь, И



Дыхательная гимнастика

Кто дальше загонит мяч?

Цель: вырабатывать плавную, длительную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.

Описание: улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук "ф", сдуть ватку на противоположный край стола.

Внимание!

1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
2. Нельзя надувать щёки.
3. Следить, чтобы ребёнок произносил звук "ф", а не звук "х", т.е. чтобы воздушная струя была узкой, а не рассеянной.

Оборудование: поролоновый(ватный) шарик диаметром 2-2,5 см., прикрепляют на нитку длиной 10-12 см.

Дует ветерок

Цель: вырабатывать воздушную струю, выходящую по краям языка.

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, прикусить кончик языка передними зубами и подуть. Наличие и направление воздушной струи проконтролировать ваткой.

Внимание! Следить, чтобы воздух выходил не посередине, а из углов рта.

Фокус

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

Внимание!

1. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.
2. Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе; посередине образуется щель, в которую идет воздушная струя. Если это не получается, можно слегка придержать язык.
3. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

Оборудование: поролоновый(ватный) шарик диаметром 2-2,5 см., прикрепляют на нитку длиной 10-12 см.

Упражнения для речевого дыхания

футбол

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.

ветряная мельница

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

снегопад

Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки).
Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

листопад

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад.
Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки, с какого дерева упали.

бабочка

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

кораблик

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.

одуванчик

Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

✿ шторм в стакане

Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).

Техника выполнения упражнений:

✿ воздух набирать через нос

✿ плечи не поднимать

✿ выдох должен быть длительным и плавным

✿ необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)
нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению