

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Подготовила: учитель-логопед
Булнина О.В.

Динамические:

«**Часики**». Рот приоткрыт. Губы растянуть в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет к уголкам рта.

«**Змейка**». Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинут вперед, затем убрать вглубь рта.

«**Качели**». Рот открыт. Напряженным языком тянуться поочередно к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

«**Почистить зубы**». Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывается» вперед и убирается вглубь рта.

«**Лошадка**». Присосать язык к небу. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

«**Гармошка**». Рот раскрыт. Язык присосать к небу. Не отрывая язык от неба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

«**Маляр**». Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой ведем от верхних резцов до мягкого неба.

«**Вкусное варенье**». Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

«**Барабан**». Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка постучать о небо за верхними зубами, многократно и отчетливо произносить звук д-д-д. Сначала звук «д» произносить медленно, постепенно убыстряя темп.

Упражнения для челюстей:

- Имитация жевания
- Движение нижней челюстью попеременно вправо и влево.
- Движение нижней челюстью вперед и назад

Упражнения для губ:

- «**Улыбочка**». Удержать губы в улыбке. Зубы не видны.
 - «**Заборчик**». Зубы сомкнуты, Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.
 - «**Трубочка**». Вытянуть губы вперед длинной трубочкой.
 - «**Хоботок**». Вытянуть сомкнутые губы вперед.
 - «**Бублик**». Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.
 - «**Кролик**». Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.
- Упражнения для языка:

Статические:

- «**Лопатка**». Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.
 - «**Язычок спит**». Рот широко раскрыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.
 - «**Чашечка**». Рот широко открыт. Передние и боковые края языка широко подняты, но не касаются зубов.
 - «**Иголочка**». Рот открыт. Узкий напряженный язык вытянут вперед.
 - «**Горка**». Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.
 - «**Грибок**». Рот открыт. Язык присосать к небу.
- Каждое упражнение выполняется 6-8 раз.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРОВЕДЕНИЮ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

1. Артикуляционную гимнастику обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребенка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии.

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 9×12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

2. 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 — разбиваем комплекс на весь день.

Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления.

Комплекс упражнений планируем на неделю. На следующей неделе хорошо выполняемое упражнение заменяем другим, новым, и закрепляем его на протяжении всей второй неделе. Таким образом, дети каждую неделю знакомятся с новым упражнением и отрабатывают его в артикуляционной гимнастике.

3. В комплексе должны присутствовать 2–3 упражнения статических и 2–3 упр. динамических. Начинают гимнастику со статических упражнений, они выполняются по 10–15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении), далее переходят к динамическим.

4. На первых занятиях упражнение повторяется 2–3 раза в связи с повышенной истощаемостью упражняемой мышцы, в дальнейшем каждое упражнение выполняется до 10–15 раз.

5. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.

Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме. Каждое упражнение имеет своё название, свой образ. Так ребенку легче запомнить движение. А, чтобы одно и то же движение дети не устали повторять длительное время, одному упражнению можно придумать несколько названий.

Например упр. «трубочка» — придумайте несколько названий (хоботок, шея у жирафа, дудочка, труба...)

Выработка артикуляционных навыков требует длительной и систематической работы.