

Артикуляционная гимнастика

Произношение звуков речи - это сложный двигательный навык. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем и коррекции нарушений звукопроизношения. Она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать. Сначала даются самые простые упражнения, развивающие подвижность артикуляционных мышц. Постепенно они заменяются такими, которые являются базой для произношения того или иного звука. Затем отрабатываются четкие артикуляционные уклады.

Всю систему артикуляционной гимнастики, можно разделить на два вида упражнений: статические и динамические с образными названиями. Статические упражнения направлены на удержание артикуляционной позы в течение 6 – 10 секунд. Динамические упражнения требуют ритмического повторения 6 – 8 раз движений, координации, хорошей переключаемости.

Выработка некоторых артикуляционных позиций требует длительной и систематической работы. Нецелесообразно работать только над определенными упражнениями до тех пор, пока они не будут окончательно усвоены ребенком. Наряду с ними включаются и другие.








Упражнения, имеющие условные названия или связанные с определенным игровым образом вызывают интерес и способствуют воспитанию устойчивости внимания у детей. Однако однообразие утомляет ребенка, поэтому одному и тому же упражнению даются разные названия.

В артикуляционную гимнастику включается произнесение звуков и их сочетаний с доступной детям артикуляцией. Это могут быть гласные **а-а-а** (зевает бегемотик), **у-у-у** (воет волк), **ы-ы-ы** (гудит паролод); согласные **т-т-т** (заглох мотор), **д-д-д** (играем на барабане); звукосочетания **пя-пя-пя** (месим тесто), **ду-ду-ду** (играем на дудочке) и т.д.

Способствуют выработке нужных артикуляционных укладов и развивают переключаемость органов артикуляционного аппарата игровые задания. Например, ребенку предлагается изобразить, как обезьянка вытягивает губы, прячет за щеку банан, смеется, играет на барабане, забивает гвоздик и т.д.

Что важно знать, работая с детьми над развитием артикуляционной моторики?


- Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, чтобы выработываемые у детей двигательные навыки закреплялись и становились более прочными.
- Непосредственная работа над развитием артикуляционной моторики должна занимать 7 - 10 минут.
- Артикуляционную гимнастику следует выполнять сидя перед зеркалом, чтобы ребенок видел свое лицо в отражении и контролировал выполнения заданий самостоятельно. Предварительно он должен увидеть правильный образец, показанный взрослым.
- Некоторые упражнения проводятся под счет, который ведет взрослый. Это необходимо для того, чтобы у ребенка выработывалась устойчивость наиболее важных положений губ и языка.
- Упражнение выполняется ребенком поэтапно. Так, например, при выполнении упражнения «Барабанчик» он улыбается, показывает зубы, приоткрывает рот, поднимает язык за верхние зубы, прикасаясь кончиком языка к бугоркам, произносит звук д-д-д. Это дает возможность определить, что именно затрудняет ребенка, и отработать с ним данное движение.
- Не забывайте подбадривать малыша во время занятия, чтобы он не потерял интерес к занятиям, не пал духом.

	<p>«Бегемотик» («Окошко») Слегка улыбнуться, медленно открыть рот, подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть. Язык лежит спокойно за зубами.</p>	<p>Широко открыли ротик – Получился бегемотик. А затем закрыли рот – Отдыхает бегемот.</p>
	<p>«Улыбка» Ребенок улыбается, растягивает мышцы губ максимально, но не размыкает их. Зубы не видны.</p>	<p>Наши губки улыбнулись, Прямо к ушкам потянулись.</p>
	<p>«Заборчик» («Лягушка») Улыбнуться, с напряжением так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать губы в таком положении под счет от 1 до 5-10.</p>	<p>Зубы ровно мы смыкаем И заборчик получаем. А сейчас раздвинем губы, Посчитаем наши зубы.</p>
	<p>«Хоботок» («Дудочка») Вытянуть сомкнутые губы вперед, как при звуке «у». Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10. Зубы сомкнуты.</p>	<p>В гости к нам пришел слоненок, Удивительный ребенок. На слоненка посмотри, Губки хоботком тяни.</p>
	<p>На счет «раз» улыбнуться, показать сомкнутые зубы и удерживать губы в улыбке. На «два» – вытянуть сомкнутые губы вперед и удерживать их в таком положении. Чередовать движения пять-шесть раз на счет «раз-два».</p>	<p>Если наши губки улыбаются, Посмотри – заборчик появляется. Ну, а если губки узкой трубочкой, Значит, можем мы играть на дудочке.</p>
	<p>«Бублик» («Рупор») Зубы плотно сомкнуты, губы округлены и вытянуты вперед, чтобы резцы были видны. Зафиксировать положение на 5 секунд.</p>	<p>Бублик зубками схватили, Губки плавно округлили. Закрывать их нам нельзя, Бублик выпадет тогда.</p>
	<p>«Месим тесто» («Накажем непослушный язычок») Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепать его губами: «Пя-пя-пя...» Покусать язык зубами: «Та-та-та...»; закусить язык зубами и протаскивать его сквозь зубы с усилием.</p>	<p>Пя-пя-пя, я тесто мну, Пя-пя-пя, пирог пеку. Угощу своих друзей, Приходите поскорей.</p>

	<p>«Лопаточка» («Блинчик») Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.</p>	<p>Язык лопаткой положи И под счет его держи: Раз, два, три, четыре, пять - Язык можно убирать.</p>
	<p>«Иголочка» («Змейка») Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, натячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.</p>	<p>Язык в иголку превращаю, Напрягаю и сужаю. Острый кончик потяну, До пяти считать начну, Раз, два, три, четыре, пять! Иголку я могу держать.</p>
	<p>«Мышка» Губы в улыбке, приоткрыть рот. Произносить «а-а-а» и одновременно прикусить и удержать широкий кончик языка – поймать хвостик у мышки.</p>	<p>Где же хвостик? Вот беда – Убегает он всегда. Мышка, хвостик догоняй, И держи, не упусти!</p>
	<p>«Пароход» Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук: «ы-ы-ы» (пароход гудит).</p>	<p>Вывожу язык вперед, Закушу его – и вот: «Ы-ы-ы» – гудит наш пароход, В страны дальние зовет.</p>
	<p>«Самовар» («Паровозик») Сжать губы, надуть щеки, удержать воздух 2-3 секунды и выпустить через губы, произнося: «Пых!»</p>	<p>Щеки надую и выпущу пар, И запыхчу, как большой самовар.</p>
	<p>«Шарики» (Поочередное надувание щек) Ребенок в спокойном темпе поочередно надувает то правую, то левую щеку, как бы перегоняя воздух из одной щеки в другую.</p>	<p>Шарик слева, шарик справа, Есть у нас одна забава: В щеки дуем - чередуем, То в одну, а то в другую.</p>
	<p>Чередование «Толстячки - Худышки» Ребенок поочередно надувает и втягивает щеки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд.</p>	<p>Вот хомяк — надуты щеки И, наверно, лапки в боки. Вот худышка — щеки впали: Видно, есть ему не дали.</p>

	<p>«Орешек» («Футбол») Язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд.</p>	<p>Грызет орешек бурундук, Ему нравится фундук. Языком давить стараюсь, В щеку сильно упираюсь.</p>
	<p>«Киска сердится» («Горка», «Мостик») Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть за нижние зубы, «спинку» выгнуть. Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 5-10.</p>	<p>Кошка спинку выгнула, Зашипела, прыгнула ... Рассердилась киска – Не подходите близко.</p>
	<p>«Чашечка» Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки. При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.</p>	<p>Улыбаюсь, рот открыт: Там язык уже стоит. К зубкам подняты края – Вот и «чашечка» моя.</p>
	<p>«Парус» Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.</p>	<p>Улыбаюсь, рот открыт: «Парус» там уже стоит. Прислоню язык, смотри, К зубкам верхним изнутри.</p>
	<p>«Грибок» Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.</p>	<p>Под высокою сосной Мы грибок нашли с тобой. Чтобы рос боровичок, Подними вверх язычок.</p>
	<p>«Часики» Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Прodelать упражнение 10-15 раз.</p>	<p>Тик-так, тик-так – Ходят часики – вот так! Влево тик, вправо так, Ходят часики – вот так!</p>
	<p>«Качели» Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3-5 секунд. Так, поочередно, менять положение языка 4-6 раз.</p>	<p>На качелях мы качались, Высоко вверх поднимались, Вверх – вниз, Вверх – вниз, Очень крепко ты держись.</p>

	<p>«Чистим зубки» Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» поочередно нижние и верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.</p>	<p>Рот откройте, улыбнитесь, Свои зубки покажите, Чистим верхние и нижние, Ведь они у нас не лишние.</p>
	<p>«Катушка» Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать вглубь рта. Упражнение повторить 8–10 раз в спокойном темпе.</p>	<p>Широко раскрою рот, «Горку» выведу вперед. И, назад отодвигая, Я ее не разрушаю.</p>
	<p>«Расческа» Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Закусить язык верхними зубами и протягивать между зубами вглубь рта под счет от 1 до 10.</p>	<p>Наши зубки – гребешок, Причесали язычок. Мы причесем много раз, Чтоб он гладким был у нас.</p>
	<p>«Ёжик» Совершать круговые движения языком между губами и зубами то в одну, то в другую сторону. Рот при этом закрыт.</p>	<p>У меня в иголках шерстка И в норе запасов горстка. Лучше ты меня не трожь, Я – колючий серый еж!</p>
	<p>«Вкусное варенье» Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».</p>	<p>Верхнюю губу вареньем Мы намажем, а потом Язычком широким сразу Мы варенье облизнем.</p>
	<p>«Лошадка» Улыбнуться, открыть рот и пощелкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).</p>	<p>Рот широко открываю, К нёбу язык прижимаю. Прыгает вниз язычок, И раздаётся щелчок.</p>
	<p>«Маляр» Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое нёбо («потолок»), делая движения языком вперед-назад.</p>	<p>Челюсть ниже опускаем, Язык к нёбу поднимаем, Поведем вперед-назад, Наш маляр работе рад.</p>

	<p>«Индюк» Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения кончиком языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп движений постепенно убыстрять, затем включить голос, пока не послышится «бл-бл» (так «болбочет» индюк).</p>	<p>Широко открыт мой рот, Язычок — назад-вперед. Лижет «чашечкой» губу И «болбочет» на бегу.</p>
	<p>«Парашютик» («Фокус») 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.</p>	<p>Тучек нет на горизонте, Но раскрылся в небе зонтик. Через несколько минут Опустился парашют.</p>
	<p>«Комарик» Улыбнуться, открыть широко рот, поднять язык вверх и упереть его в бугорки. Пытаться произносить: «дзззз...», но не отрывисто, а протяжно, в течении 10 – 15 секунд. Помнить, что комар злой, поэтому нажимать языком на бугорки энергично.</p>	<p>Прилетает по ночам, Не дает уснуть он нам: Зло звенит, над ухом вьется, Только в руки не дается.</p>
	<p>«Заведи мотор». Улыбнуться, широко открыть рот, поднять язык вверх, с силой ударять кончиком языка по бугоркам за верхними зубами и произносить: «ДЫН – дын-дын...» (сначала медленно, потом все быстрее и быстрее).</p>	<p>По шоссе машина мчит, Во все стороны рычит. За рулем лихой шофер, «Дын-дын-дын» - гудит мотор.</p>
	<p>«Барабанщик» («Дятел») Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчетливо и многократно повторяя: «д-д-д». Темп убыстряется постепенно.</p>	<p>В руки барабан возьмем И играть на нем начнем. Язычок наверх подняли, «Д-д-д-д» застучали.</p>
	<p>«Гармошка» Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот все шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.</p>	<p>К нёбу язычок прижми, Челюсть ниже опусти, Рот открой, потом прикрой, Гармонист ты не плохой.</p>