## Артикуляционная гимнастика

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.

Упражнения для языка

Указания к проведению артикуляционной гимнастики

* 1. Нужно проводить артикуляционную гимнастику так, чтобы видеть, как каждое упражнение выполняет каждый ребенок.
* Воспитатель рассказывает, используя игровые приемы, о предстоящих упражнениях.
* Показывает выполнение этого упражнения.
* Упражнение выполняют все дети.
* Воспитатель проверяет выполнение упражнения по подгруппам (не более 5 чел.).
* 2. Если дети выполняют какое-то упражнение недостаточно хорошо, воспитатель не дает новых упражнений, а отрабатывает старый материал.
* 3. Если воспитатель увидит, что в основном группа справляется с выполнением упражнения, и только некоторые дети выполняют его недостаточно хорошо, он проводит с ними дополнительную индивидуальную работу или дает задание родителям отработать это движение дома, отводя на его выполнение 2-3 мин. ежедневно.
* 4. На одно занятие берется 4-5 упражнений на 10-15 минут.
* 5. Проводя артикуляционную гимнастику, надо следить, чтобы движения каждого органа артикуляционного аппарата выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне. Если у ребенка язык или губы отклоняются влево или вправо, то необходимо индивидуально, перед зеркалом, отработать эти движения. Фомичева М.Ф. «Воспитание у детей правильного произношения».
* **Значение гимнастики для языка.**
* • Укрепление мышц языка.
* • Отработка правильных движений языка.
* • Выработка умения владеть языком, правильно изменяя его положение и быстро находя нужное положение.
* • Подготовка к правильному произношению звуков речи.
* Упражнения для языка (для подготовки к произношению свистящих звуков: с, з, ц).
* «Иголочка» – язык высунуть далеко вперед, напрячь, сделать узким. Держать 10-15 с.
* «Лопаточка» – широкий язык высунуть, расслабить, пошлепав губами, положить на нижнюю губу. Держать 10-15 сек..
* «Качели» – открыть рот, высунуть язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Убрать язык в рот. Тянуться языком то к верхним, то к нижним резцам. Держать 10-15 сек.
* «Змейка» – открыть рот. Язык выдвигать вперед и убирать вглубь рта (10-15 сек.).
* «Кто дальше загонит мяч?» – с широкого языка дуть на ватку или бумажку, чтобы она двигалась по столу (5 раз).
* «Горка» – рот открыт. Кончик языка за нижними резцами. Спинка языка поднять вверх «горкой». Посередине языка – желобок (желобок можно сделать, приложив посередине языка спичку). Удержать 10-15 сек.. Подуть по «горке» - появится звук «с-с-с».
* «Катушка» – рот открыт. Кончик языка – за нижними резцами. Язык широкий. Язык «выкатывается» вперед и убирается в рот (как катушка) 10-15 раз. (Сначала большая катушка, затем маленькая).
* «Насос» – дышать носом с открытым ртом (язык при этом рефлекторно выгибается «горкой»). Затем «подуть» по язычку, выгнутому горкой (10-15 сек.).
* «Трубочка» – язык свернуть трубочкой, загнув его края (10-15 сек.).
* «Птенчик в гнезде» – рот открыт, язык спокойно лежит во рту (10-15 сек.).
* «Кто сильнее подует?» - дуем с язычка на бумажку, поставленную недалеко от губ вертикально, чтобы она отклонялась (5 раз).
* «Не шуметь» – произносим «тс-тс-тс-ц-ц-ц», прикладывая палец к губам (10 – 15 раз).
* «Почистим зубы» – кончиком языка водим по нижним зубам с внутренней стороны вверх-вниз (10-15 сек.).
* «Подметаем пол» - выгнуть язык горкой, двигать кончиком языка вперёд к нижним резцам и назад в глубь ротовой полости (10 – 15 сек.).
* «Кошка сердится» - улыбнуться, открыть рот. На счет «раз» – выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение.
* «Упрямый ослик» - губы в улыбке, рот приоткрыть. С силой произносить звукосочетание ИЕ. Кончик языка при этом упирается в нижние зубы (10 –15 сек.).
* «Сильный язычок» - с силой упираться кончиком языка в нижние резцы, выгибая язык горкой (10 – 15 сек.).
* «Обезьянка» – поместить кончик языка под нижнюю губу, держать 10 – 15 сек.
* «Вкусное варенье» - движение «слизывания» кончиком языка с нижней губы внутрь ротовой полости за нижние резцы (10 – 15 сек.).
* «Оближи ложку». Облизывая ложку снизу вверх, язык выгибается горкой. (10-15 раз).
* «Прятки». (Спрячем язычок, чтобы его никто не увидел.) Язык отодвигается назад.
* Кончик языка расположен вниз. (10-15 раз).
* «Хоккей». Язык – клюшка, витаминка – шайба, рот – поле. Шайбу (витаминку) нужно
* гонять по полю (во рту) клюшкой (языком). (10-15 сек).
* «Кашлюны». Язык при кашле рефлекторно выгибается горкой (10-15 раз).
* «Погреем руки» - произнести: «Х-Х-Х», воздушную струю при этом направить на ладони. Язык рефлекторно выгибается горкой. (10-15 раз).
* «Гудок». Произнести: «У-у-у». Язык рефлекторно выгибается горкой. (10-15 сек).
* «Расческа». Кончик языка упирается в нижнюю десну. «Причесывание» спинки языка зубами. (Язык при этом выкатывается, как «катушка»). (10-15 сек).
* Упражнения для языка (для подготовки к произношению Р).
* «Качели» – открыть рот, высунуть язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Убрать язык в рот. Тянуться языком то к верхним, то к нижним резцам.
* «Змейка» - открыть рот, язык выдвигать вперед и убирать вглубь рта (10-15 раз).
* «Иголочка» – язык высунуть далеко вперед, напрячь, сделать узким (10-15 сек.).
* «Лопаточка» – широкий язык высунуть, расслабить, пошлепав губами, положить на нижнюю губу (10-15 сек.).
* «Лошадка» – присосать язык к небу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно.
* «Грибок» – присосать язык к небу, широко открыть рот (10-15 сек.).
* «Вкусное варенье» – высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу сверху вниз и убрать язык (10-15 раз).
* «Маляр» – медленные движения кончиком языка по небу от верхних резцов до «горлышка» и обратно (10-15 раз).
* «Кто дальше загонит мяч?» – с широкого языка дуть на ватку или бумажку, чтобы она двигалась по столу (5 раз).
* «Ветерок» - дуем с язычка на бумажку, поставленную недалеко от губ вертикально, чтобы она отклонялась (5 раз).
* «Приклей конфетку» – широким кончиком языка коснуться во рту бугорков, находящихся за верхними резцами (10-15 сек.).
* «Обезьянка» – поместить кончик языка под верхнюю губу, держать 10 – 15 сек.
* «Сильный язычок» – с силой упираться кончиком языка в верхние резцы (10 – 15 с).
* «Почистим зубки» – кончиком языка водим по верхним резцам с внутренней стороны вниз – вверх (10 – 15 сек.).
* «Индюк» – а) широким кончиком языка быстро водить по верхней губе вперед-назад, б) за зубами быстро водим языком вперед-назад (10 – 15 сек.).
* «Барабанщики» – быстро произносим «д-д-д», сильно выдыхая воздух последний раз.
* «Моторчик» –1) произносить «ж» с открытым ртом и вращать руками перед грудью,
* 2) произносить «ж» с открытым ртом и задевать язык пальцем (10–15 с).
* «Балалайка» – кончик языка – вверх за зубы, задевать язык пальцами а) без голоса;
* б) с голосом (10 – 15 сек.).
* «Кучерское «тпру»» - (упражнение для выработки напора воздуха и вибрации языка). Язык широко распластать и положить на нижнюю губу. Сильно выдувать воздух, чтобы язык стал вибрировать. Язык и губы не напряжены, расслаблены (Если не получается – сначала попробовать сомкнуть расслабленные губы и сильно выдувать воздух, заставляя губы вибрировать (с голосом)). Потом снова выполнить «кучерское «тпру»» (10-15 сек.).
* «Лошади скачут» – быстро произносим «тд-тд-тд-тд», задевая пальцем язык каждый раз (10 – 15 сек.).
* «Вилка» – чтобы не было сильной вибрации краев языка, язык с боков придерживаем пальцами: под язык подкладываем 2 пальца, прижимаем снизу его к коренным зубам.
* Используем при выполнении упражнения «Лошадка», при произношении [р-р-р].
* «Учимся играть на арфе» – произносим «д-д-д-д», каждый раз задевая язык пальцем.
* «Забиваем мяч» – рот закрыт, упругий язык упирается то в одну, то в другую щеку.
* «Стреляем» – медленно произносим: «дж-дж-дж», сильно выдыхая воздух, стараясь, чтобы язык задрожал (10 – 15 сек.).
* «Играем на гуслях» (или «заводим мотор») – медленно водим языком за верхним резцами «дрл-дрл-дрл» (10 – 15 сек.).
* «Стрекоза» – шепотом произносить «тр-р-р», а затем громко (10 – 15 сек.).
* Упражнения для языка (для подготовки к произношению Л).
* «Вкусное варенье» – выдвинуть язык, облизать верхнюю губу сверху вниз и убрать язык (10-15 раз).
* «Лопаточка» – широкий язык высунуть, расслабить, пошлепав губами, положить на нижнюю губу (10-15 сек.).
* «Иголочка» – рот открыть, язык высунуть далеко вперед, напрячь его, сделать узким.
* «Лошадка» – присосать язык к небу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно.
* «Грибок» – присосать язык к небу, открыть широко рот (10-15 сек.).
* «Качели» – высунуть язык, тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку; убрать язык в рот, рот оставить открытым, тянуться попеременно то к верхним, то к нижним резцам.
* «Пароход гудит» - произносить «ы», кончик языка поднять за верхние резцы, продолжать гудеть «л-л-л» («ы-л-ы-л»).
* «Змейка» – рот открыть, язык выдвигать далеко вперед и убирать вглубь рта. Медленно (10-15 раз).
* «Маляр» – кончиком языка движения по небу от верхних резцов до «горлышка» и обратно. Медленно (10-15 раз).
* «Приклей конфетку» – кончиком языка коснуться верхних резцов с внутренней стороны, держать язык в таком положении (10-15 сек.). Погудеть «л-л-л».
* «Чашечка» – рот раскрыть, язык сделать «чашечкой», загнуть его края и кончик (10-15 сек.). Чашечку убрать вверх за зубы, подключить голос «л-л-л-л-л» – «Пароход гудит».
* «Трубочка» – язык свернуть трубочкой, загнув его края (10-15 сек.).
* «Птенчик в гнезде» – рот открыт, язык спокойно лежит во рту (10-15 сек.).
* «Пьем росинку» – верхняя губа – это лепесток цветка с росинкой. Росинку нужно «выпить» (присосать края языка к губе, оставить посередине языка щель, и засасывать воздух в себя; кончик языка постепенно убираем в рот за верхние зубы.).
* «Вилка» – если воздух идет не по центру языка, а между боковыми краями языка и щеками, то широкий язык поднять за верхние резцы, боковые края языка погладить и прижать пальцами к коренным зубам (пальцы - это «вилка»).
* «Индюк» - задевать верхнюю губу языком (медленно), затем убрать язык за верхние резцы и задевать бугорки (10 – 15 сек.).
* «Ветерок» -дуем с язычка на бумажку, поставленную недалеко от губ вертикально, чтобы она отклонялась (5 раз).
* «Фокус» – на нос ребенку ложим ватку или бумажку. Ребенок должен сдуть ее с широкого языка (5 раз).
* «Самолет гудит» – зажать кончик языка между зубами и гудеть «л-л-л-л-л». Можно при этом расправить руки и «летать» по комнате.
* «Учимся гудеть» – 1) зажать зубы, кончик языка прижать к верхним резцам с внутренней стороны, гудеть «л-л-л»; 2) произнести «н-н-н», зажать нос, продолжать гудеть (воздух пойдет через рот, получится «л-л-л») (10 – 15 сек.).
* «Выталкиваем языком зубы» – сильно прижимаем кончик языка к верхним резцам с внутренней стороны и гудим «л-л-л-л-л» (10 – 15 сек.).
* Произнести «ж-ж-ж», плотнее прижать язык к небу (пальцем или зондом, кончиком ложки), продолжать гудеть «л-л-л» (10 – 15 сек.).
* «Обезьянка» – поместить кончик языка под верхнюю губу, держать 10 – 15 сек.
* «Сильный язычок» – с силой упираться кончиком языка в верхние резцы (10 – 15 с).
* «Почистим зубки» – кончиком языка водим по верхним резцам с внутренней стороны вниз – вверх (10 – 15 сек.).
* Упражнения для языка (для подготовки к произнесению шипящих звуков: ш, ж, ч, щ).
* «Лопаточка» – широкий язык высунуть, расслабить, пошлепав губами, положить на нижнюю губу (10-15 сек.).
* «Иголочка» – язык напрячь, сделать узким (10-15 сек.).
* «Качели» – 1) открыть рот, высунуть язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. 2). Убрать язык в рот. Тянуться языком попеременно то к верхним, то к нижним резцам (10-15 раз).
* «Змейка» - открыть рот. Язык выдвигать вперед и убирать вглубь рта (10-15 раз).
* «Лошадка» – присосать язык к небу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно (10-15 раз).
* «Грибок» – присасываем язык к небу, широко открывая рот (10-15 сек.).
* «Вкусное варенье» – высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу сверху вниз и убрать язык (10-15 раз).
* «Маляр» – движения кончиком языка по небу от верхних резцов до «горлышка» и обратно. Медленно (10-15 раз).
* «Приклей конфетку» – широким кончиком языка коснуться во рту бугорков, находящихся за верхними резцами, держать язык в таком положении (10-15 сек.).
* «Кто дальше загонит мяч?» – с широкого языка дуть на ватку или бумажку, чтобы она двигалась по столу (5 раз).
* «Ветерок» - дуем с языка на бумажку, поставленную недалеко от губ вертикально, чтобы она отклонялась (5 раз).
* «Фокус» – на нос ребенку ложим ватку (бумажку). Ребенок должен сдуть ее с широкого языка (5 раз).
* «Чашечка» – рот широко раскрыть, широкий язык сделать «чашечкой», загнув его края и кончик (10-15 сек.). Позднее «чашечку» убрать в рот, за верхние резцы, подуть – появится звук.
* «Трубочка» – язык свернуть трубочкой, загнув его края (10-15 сек.).
* «Птенчик в гнезде» – рот открыт, язык спокойно лежит во рту (10-15 сек.).
* «Щеткой чистим ботинки» - произносим «чш-чш-чш-щ-щ-щ» (10–15 сек.).
* «Обезьянка» – поместить кончик языка под верхнюю губу, держать 10 – 15 сек.
* «Сильный язычок» – с силой упираться кончиком языка в верхние резцы (10 – 15 с).
* «Почистим зубки» – кончиком языка водим по верхним резцам с внутренней стороны вниз – вверх (10 – 15 сек.).
* «Пьем росинку» – верхняя губа – это лепесток цветка с росинкой. Росинку нужно «выпить» (присосать края языка к губе, оставить посередине языка щель, и засасывать воздух в себя; кончик языка постепенно убираем в рот за верхние зубы.).
* «Вилка» – если воздух идет не по центру языка, а между боковыми краями языка и щеками, то широкий язык поднять за верхние резцы, боковые края языка погладить и прижать пальцами к коренным зубам (пальцы - это «вилка»).
* **Список литературы, использованной при составлении артикуляционной гимнастики.**
* Фомичева М.Ф. «Воспитание у детей правильного произношения». - М., 1989 г.
* Хватцев М.Е. «Логопедия». - М., 1959 г.
* Лопатина Л.В. «Логопедическая работа с детьми дошкольного возраста с минимальными дизартрическими расстройствами: Учебное пособие»./ Под ред. Е.А. Логиновой. – С.-Пб.: Издательство «Союз», 2005 г.
* Селиверстов В.И. «Речевые игры с детьми». – М.: Владос, 1994 г.
* Методика развития речи детей дошкольного возраста/ Л.П. Федоренко, Г.А. Фомичева, В.К. Лотарев, А.П. Николаичева. – М.: Просвещение, 1984 г.
* З.А. Репина, В.И. Буйко «Уроки логопедии». – Екатеринбург: Изд. «Литур», 2002 г.
* Н.В. Новоторцева «Рабочие тетради по развитию речи на звуки…». – Ярославль: Академия развития, 1996 г.
* Богомолова А.И. «Логопедическое пособие для занятий с детьми». – ТОО «Издательство «Библиополис»». С.-Пб., 1994 г.
* М.А. Поваляева «Справочник логопеда». – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2002 г.
* Г.А. Волкова «Логоритмическое воспитание детей с дислалией». – С.-Пб., 1993 г.
* Р.И. Лалаева «Логопедическая работа в коррекционных классах». – М.: Гуманит. изд. центр Владос, 1999 г.