

Мы правильно произносим различные звуки благодаря хорошей подвижности органов артикуляции, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо. Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются у ребёнка постепенно, в процессе речевой деятельности.

Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики. Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, т.к. в таком положении у ребёнка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Ребёнок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также своё лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому, ребёнок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Или у ребёнка ручное зеркало (≈ 9 – 12 см.), но тогда взрослый должен находиться напротив ребёнка лицом к нему.

В любом упражнении все движения органов артикуляционного аппарата осуществляются последовательно, с паузами перед каждым новым движением, чтобы взрослый мог контролировать качество движения, а ребёнок - ощущать, осознавать, контролировать и запоминать свои действия. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе перед зеркалом, т.е. для достижения конечного результата используется зрительный самоконтроль. После того как ребёнок научится

выполнять движения, зеркало убирают, и функции контроля берут на себя собственные кинестетические ощущения ребёнка (ощущения движения и положения органов артикуляционного аппарата). Важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица.

Дозировка количества повторений одного и того же упражнения должна быть строго индивидуальной. Вначале упражнения выполняются 5-6 раз, в дальнейшем можно доводить количество повторений до 15-20.

Из выполняемых трёх упражнений новым может быть только одно, два других даются для закрепления и повторения. Если же дети выполняют какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал.

Каждому упражнению в соответствии с выполняемым действием даётся название (н-р, движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы - «Качели»).

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряжённость движений органов артикуляции. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринуждёнными и вместе с тем координированными.

В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании положительного эмоционального настроения у ребёнка. Нельзя говорить ему, что он упражнение делает неверно - это может привести к отказу выполнять движение. Лучше покажите ребёнку его достижения («Видишь, язык научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок обязательно научится подниматься вверх»).

## *Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики*



Подготовил:

Берзина И.С.

**Упражнения для развития мышц речевого аппарата.**

• **Упражнения для мимических мышц лица**

1. Поднимание и опускание бровей.
2. Одновременное закрывание и открывание обоих глаз.
3. Попеременное закрывание правого и левого глаза.
4. Попеременное поднимание углов рта.
5. Придать лицу выражения удивления, радости, горя, гнева.

• **Упражнения для челюстей**

1. Широко раскрыть рот и поддержать его открытым 10-15 сек.
2. Жевательные движения в медленном темпе с сомкнутыми губами.
3. То же в быстром темпе.
4. Открывание рта с глубоким вдохом через рот (зевание)
5. Максимально частое открывание рта с произнесением звуков *па-па-па*

• **Упражнения для губ и щёк**

1. «Улыбка» – растягивание разомкнутых губ, зубы при этом сомкнуты, хорошо видны верхние и нижние резцы

*Тянуть губы прямо к ушкам*

*Очень нравится лягушкам.*

*Улыбаются, смеются*

*А глаза у них как блюдца.*

2. «Трубочка» – вытягивание губ вперёд трубочкой, как бы беззвучно произнося звук [у].

*«Губы сложим в трубочку –*

*На дудочку похоже.*

*Подудеть на дудочке*

*Без дудочки мы можем:*

*Ду, ду, ду – ду – ду!»*

3. «Хоботок» - сомкнутые губы вытягиваются вперёд хоботком (как при поцелуе)

*«Подражаю я слону – губы хоботом тяну.*

*А теперь их отпущаю и на место  
возвращаю»*

4. «Улыбка» - «Хоботок» - «Трубочка».

Чередование положений губ: в улыбке – хоботком - трубочкой. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

*«Свои губки прямо к ушкам*

*Растяну я, как лягушка.*

*А теперь слонёнок я,*

*Хоботок есть у меня.*

*А сейчас я дудочка,*

*Дудочка – побудочка.*

*Мне понравилось играть,*

*Повторю-ка я опять!»*

5. Вращательное движение губ хоботком: вверх, влево, вниз, вправо; сначала движения выполняются раздельно, потом слитно.
6. Вибрация губ (фыркание лошади).
7. Надувание обеих щёк одновременно.

*«На зелёной хрупкой ножке*

*Вырос шарик у дорожки».*

8. Надувание правой и левой щёк попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую)
9. Втягивание щёк в ротовую полость между зубами, губы вытянуты вперёд.

• **Упражнения для языка**

(выполняются при неподвижной нижней челюсти)

1. «Лопаточка» - рот открыт, губы в улыбке. Широкий, расслабленный язык лежит на нижней губе. Такое положение удерживается 5-10 сек. Если язычок не хочет расслабиться, можно похлопать его верхней губой, произнося: *пя-пя-пя*

*«Язычок широкий, гладкий, получается лопатка.*

*И при этом я считаю: раз, два, три,  
четыре, пять...»*

2. «Иголочка» - рот открыт, губы в улыбке; высунуть изо рта узкий, напряжённый язык. Удерживать 5-10 сек.

*«Язычок вперёд тяну, подойдёшь и уколю.*

*И опять буду считать:*

*раз, два, три, четыре, пять...»*

3. Чередование «Лопаточка»-«Иголочка».

Выполняется ритмично, под счёт.

*«Язык «лопаткой» положи*

*И спокойно поддержи.*

*Язык «иголочкой» потом*

*Потянем тонким остриём».*

4. «Качели» - рот широко открыт, губы в улыбке; движения языка:

○ к верхней – нижней губе;

○ к верхним – нижним зубам;

○ к верхним – нижним альвеолам;

*«На качелях я качаюсь*

*вверх – вниз, вверх – вниз,*

*Поднимаюсь, опускаюсь,*

*вверх- вниз, вверх – вниз.»*

5. «Часики» - рот открыт, губы в улыбке.

Кончик языка поочередно касается то левого, то правого угла рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

*Тик – так, тик – так, ходят часики вот так!*

6. «Лошадки» - щёлканье языком.

7. «Грибок» - язык широкий, плоский присасывается к твёрдому нёбу, боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам, кончик языка – к верхним альвеолам.

8. «Чашечка» - рот открыт, губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка прогибается книзу. В таком положении удержать язык под счёт от 1 до 5-10.

*Язык широкий положи, а края приподними.*

*Получилась чашка, кругленькая чашка.*

*«Чашку в рот мы занесём,*

*Её бока к зубам прижмём!».*