Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение Белоярского района
«Центр развития ребенка - детский сад «Сказка» г.
Белоярский»

Картотека артикуляционных упражнений с применением биоэнергопластики

Составитель:
Буркица Н.А.
учитель-логопед

2021

Артикуляционные упражнения

Артикуляционная гимнастика проводится одновременно с движениями кисти руки, затем обеих рук, имитирующих движения челюсти, губ, языка (биоэнергопластика).

Занятия артикуляционной гимнастикой по своим результатам подобны утренней зарядке:

- усиливают кровообращение,
- укрепляют мышцы языка, губ,
- развивают гибкость отдельных частей речевого аппарата,
- формируют координацию движений мелкой моторики рук,
- сочетание движений речевого аппарата и кистей рук создают предпосылки к развитию произвольности поведения, развитию внимания, памяти, мышления, речи и других психических процессов.

Тренировка мышц языка

Подвижность и точность работы языка является одним из условий правильного звучания гласных и согласных звуков. В образовании их большее или меньшее участие принимают различные части языка: кончик языка, передняя его часть, спинка языка, корень.

Упражнение 1.

Исходное положение: рот закрыт, язык лежит плоско у нижних резцов. На счет «1» язык поднимается за верхние зубы, на счет «2» язык опускается в исходное положение (у нижних резцов).

Кисти рук работают по схеме

1.Упражнение повторяется 4-6 раз.

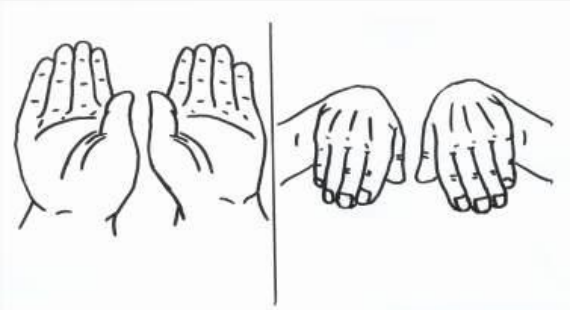


Схема 1.

Упражнение 2.

Исходное положение: рот открыт, язык лежит плоско у нижних резцов. На счет «1» острым кончиком языка коснуться внутренней стороны левой щеки, на счет «2» - внутренней стороны правой щеки.

Кисть руки – двигается только указательный палец, остальные пальцы собраны в кулак (схема 2)

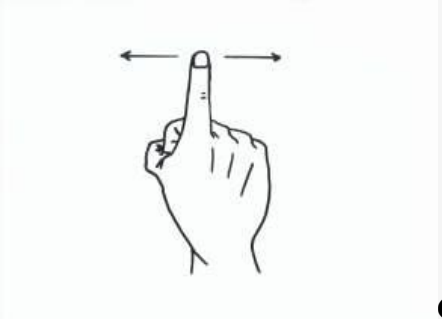


Схема 2.

Эти движения повторяются 3-4 раза без перерыва, при этом необходимо следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

Упражнение 3.

Исходное положение: рот открыт, язык лежит плоско у нижних резцов. На счет «1» высунуть язык так, чтобы почувствовать напряжение в подъязычной связке, затем вернуть его в исходное положение. Упражнение повторить 3-4 раза.
Кисть руки – пальцы собраны в кулак. Когда язык высовывается, пальцы распрямляются, напряжены, ладонь параллельна столу (схема 3).

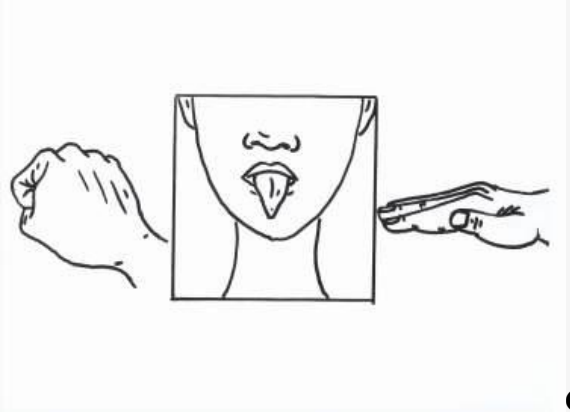


Схема 3.

<u>Упражнение 4.</u>
Исходное положение: рот полуоткрыт, язык лежит плоско у нижних резцов. На счет «1» коснуться кончиком языка левого уголка губ, на счет «2» - правого. Эти движения повторяются 4-5 раз без перерыва, при этом необходимо следить, чтобы рот был открыт, и нижняя челюсть не двигалась.
Кисть руки – ладонь параллельна столу, пальцы вместе, двигается только ладонь синхронно с языком.

<u>Упражнение 5.</u>
Исходное положение: рот приоткрыт, губы улыбается, кончик языка щелкает, челюсть не двигается.
Кисть руки – большим и безымянным пальцами производятся щелчки вместе с языком (схема 4).

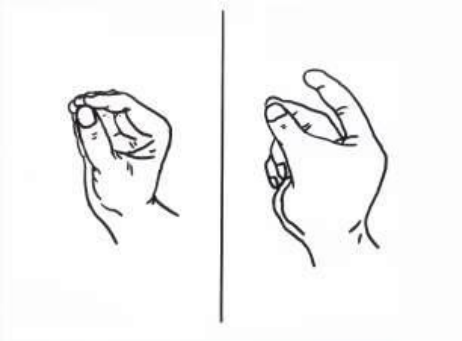


Схема 4.

Тренировка нижней челюсти
Необходимым условием четкой, хорошей речи является умение правильно открывать рот. Это связано с работой нижней челюсти.

<u>Упражнение 1.</u>
Исходное положение: голову держать прямо, подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты.

На счет «1» челюсть опускается на расстояние ширины двух пальцев (среднего и указательного), язык лежит свободно, кончик у нижних резцов, губы сохраняют округлую форму, зубы не обнажаются.
Кисть руки – 4 сомкнутых пальца ладонью вниз, большой палец прижат к указательному (схема 5).
Когда рот открывается, большой палец опускается вниз, 4 пальца поднимаются вверх (схема 6).

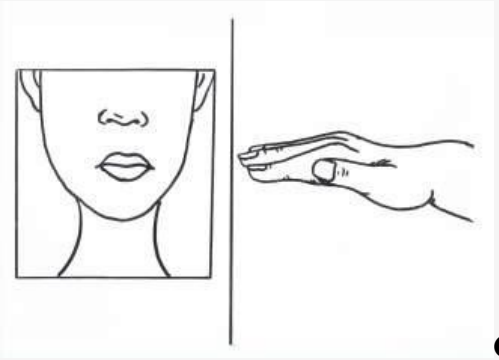


Схема 5.

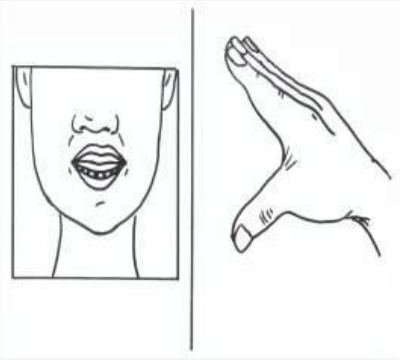
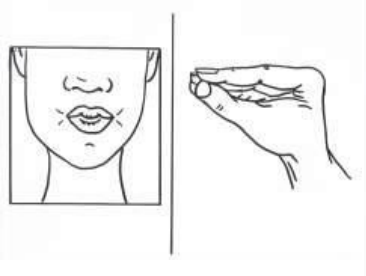
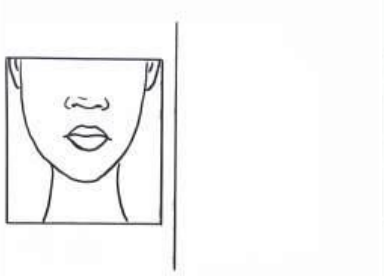


Схема 6.

Тренировка губных мышц

<u>Упражнение 1.</u>
Исходное положение: зубы сомкнуты, губы в обычном спокойном состоянии (схема 7).
На счет «1» губы вытягиваются вперед, как бы принимая форму «пятачка», кисть руки – все пальцы собраны в щепоть (схема 8).
На счет «2» губы растягиваются в стороны, не обнажая зубов. Растягивать губы особенно сильно в стороны не следует – нужно тренировать больше их в движении вперед.
Кисть руки - пальцы врозь (схема 9). Упражнение повторяется 3-4 раза.





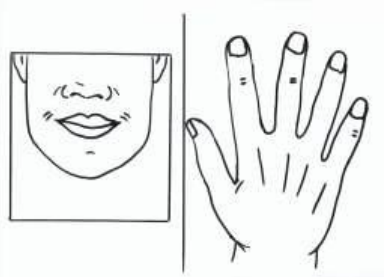


Схема 7. Схема 8. Схема 9.

<u>Упражнение 2.</u>

Нижние губы касаются верхней губы и легко почесывают ее, затем тоже движение делают верхние зубы, касаясь нижней губы.
Кисть руки неподвижна.
Ладонь вверх – двигаются только пальцы.
Ладонь вниз – двигаются только пальцы (схема 10).

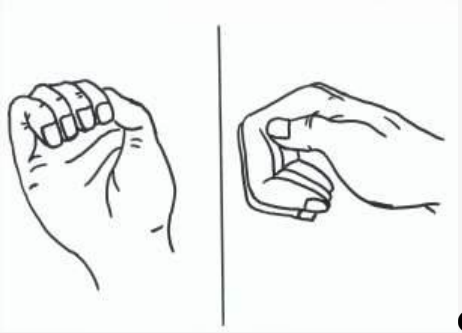


Схема 10.