

## Артикуляционные упражнения

### 1. «Лопаточка»

Широко открыть рот и положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении до 10 секунд.



### 2. «Часики»

Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком языка попеременно то к правому, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счёт взрослого. Продолжительность под счёт до 10.



### 3. «Качели»

Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не открывать. Упражнение проводится под счёт до 10.



### 4. «Иголочка»

Рот открыть. Язык высунуть далеко вперёд, напрячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении до 10 секунд.



### 5. «Вкусное варенье»

Рот приоткрыт. Высунуть широкий язык, облизать им всю верхнюю губу и убрать вглубь рта.



### 6. «Горка»

Рот приоткрыт. Сделать язык широким. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Кончик языка упереть в передние нижние зубы.



### 7. «Маляр»

Улыбнуться, открыть рот и погладить кончиком языка твёрдое нёбо, делая движения языком вперёд – назад. Выполнять под счёт до 10.



### 8. «Грибок»

Приоткрыт рот. Присосать язык к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать нижнюю челюсть. Удерживать в таком положении до 10 секунд.



### 9. «Лошадка»

Присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Щёлкать нужно медленно и сильно. Выполнять под счёт до 10.





## Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

Общеизвестно, что письмо формируется на основе устной речи, поэтому недостатки устной речи могут привести к плохой успеваемости в школе.

Артикуляционная гимнастика – упражнения для тренировки органов артикуляции, необходимые для правильного звукопроизношения.

Чтобы ребёнок научился произносить сложные звуки [с], [з], [ш], [ж], [л], [р], его губы и язык должны быть сильными и гибкими, долго удерживать необходимое положение, без труда совершать многократные переходы от одного движения к другому.

### Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

- улучшить кровообращение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;
- увеличить амплитуду движений;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов;
- подготовить ребёнка к правильному произношению звуков.

### Правила выполнения:

- 1.Внимательно прочитайте описание упражнения. Попробуйте выполнить его перед зеркалом. Только после того, как Вы сами освоите это упражнение, предлагайте его ребёнку.
- 2.После того, как упражнение усвоено, ребёнок выполняет его без показа взрослого (по названию). Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.
- 3.Упражнения выполнять сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала). В спокойной обстановке, при достаточном освещении.
- 4.Гимнастика проводится ежедневно по 5 – 10 минут.
- 5.Комплекс на 1 занятие включает 5 –7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания.
- 6.Каждое упражнение выполняется до 5 раз.
- 7.Для поддержания интереса к гимнастике используются стихи, потешки, картинки.

## Артикуляционная гимнастика как средство развития правильного звукопроизношения



