

## Общая артикуляционная гимнастика

Упражнения для губ:

«Улыбка»

Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

«Заборчик»

Рот закрыт. Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.

«Трубочка»

Вытягивание губ вперед длинно трубочкой.

«Рупор»

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние зубы видны.

Чередование положения губ: «Заборчик – Рупор», «Улыбка – Трубочка».

Упражнения для языка:

«Лопатка»

Рот открыт, широкий язык лежит на нижней губе.

«Иголочка»

Рот открыт, узкий напряженный язык выдвинут вперед.

«Часики»

Рот открыт, губы растянуты в улыбку, кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога (родителя) к уголкам рта.

«Качели»

Рот открыт, напряженным языком тянуться к носу и подбородку. Либо к нижним и верхним резцам.

«Почистим зубки»

Рот закрыт или приоткрыт. Круговыми движениями языка провести между губами и зубами.

«Оближем губки»

Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, а затем нижнюю губу по кругу.

«Вкусное варенье»

Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

«Маляр» Рот открыт, широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов, до мягкого нёба.

«Чашечка» Рот широко открыт. Передние и боковые края широкого языка подняты, ноне касаются зубов.

«Лошадка» Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку

«Грибок» Рот открыт, язык присосать к нёбу.

«Футбол» Рот закрыт, напряженным языком упереться, то в одну, то в другую щеку. Каждое упражнение выполнять 6 – 8 раз (перед зеркалом)

### Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.

Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме

Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отработать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

Организация проведения артикуляционной гимнастики

Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

Взрослый показывает выполнение упражнения.

Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

Если у ребенка не получается какое-то движение, помогать ему (шпателем, ручкой чайной ложки или просто чистым пальцем).

Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как

статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

Прежде, чем приступить к выполнению упражнений, обязательно прочтите рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.