



Советы логопеда

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

ДЛЯ ЧЕГО ОНА НУЖНА И КАК ЕЁ ПРОВОДИТЬ

Для того чтобы детская речь была внятной, чёткой и понятной необходимо работать над развитием артикуляционного аппарата. Существуют специальные упражнения для развития подвижности, ловкости: языка, губ, щёк, подъязычной складки (уздечки), которые называются артикуляционной гимнастикой.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ:

- ❖ Проводить артикуляционную гимнастику необходимо ежедневно 5 – 7 минут, чтобы вырабатываемые у ребенка двигательные навыки закреплялись, становились более прочными.
- ❖ Каждое упражнение выполняется по 3-5 раз.
- ❖ Артикуляционную гимнастику удобнее выполнять сидя перед зеркалом.
- ❖ При отборе упражнений идти от простых упражнений к более сложным



КОМПЛЕКС АРТИКУЛЯЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ



Упражнение «УЛЫБКА»

Растягивать губы в улыбке, как можно шире.

Упражнение «ХОБОТОК»

С напряжением вытянуть вперед губы



Упражнение «БЛИНЧИК»

Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти.



Упражнение «ЧАСИКИ»

Рот открыт. Губы в улыбке. Высунуть узкий, как жало язык и совершать им движения из одного угла рта к другому и обратно. Выполнить 5—10 движений



Упражнение «КИСКА СЕРДИТСЯ»

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз»- выгнуть язык горкой, опираясь кончиком языка в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение.



Упражнение «ЧАШЕЧКА»



Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

Упражнение «ВАРЕНЬЕ»

Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху - вниз (можно помазать ее вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой)



Упражнение «ФУТБОЛ»

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щеку так, чтобы под щекой надувались «мячики».

Упражнение «ПАРУС»

Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поднять и поставить на бугорки (альвеолы) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении на счёт до восьми, потом до десяти. Опустить язык и повторить упражнение



Упражнение «Дятел»

Рот широко открыт и слегка растянут в улыбке, язычок в форме «чашечки» поднят вверх: боковые края языка прижаты к верхним коренным зубкам, а передний край языка поднят за верхние передние зубы к альвеолам. Ребёнок говорит с придыханием Д-Д-Д или Т-Т-Т. Язык «прыгает на бугорках».



Упражнение «Индюк»

Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед-назад, добавить голос, чтобы слышалось «БЛ-БЛ-БЛ»



Упражнение «МЕСИМ ТЕСТО»

Улыбнуться, открыть рот, покусать язык зубами та-та-та...; пошлёпать язык губами пя-пя-пя...; закусить язык зубами и протаскивать его сквозь зубы с усилием



Упражнение «МАЛЯР»

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.



Упражнение «ЛОШАДКА»

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).



Упражнение «КАЧЕЛИ»

Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

