

## 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 – это упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения.

Чтобы малыш 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. Всему этому поможет научиться артикуляционная гимнастика.

### Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно.

2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.

3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту». Надо помнить, что чёткое

произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.

4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволяют всем - и детям и взрослым - научиться говорить правильно, чётко и красиво.

### **Для формирования правильного отношения к речевому нарушению у ребенка нужно:**

- не ругать ребенка за неправильную речь;
- ненавязчиво исправлять неправильное произношение;
- не заострять внимание на запинках и повторях слогов и слов;
- осуществлять позитивный настрой ребенка на занятия с педагогами.

### **Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики**

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-10 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
5. 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 9х12 см, но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему).

6. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

### **Упражнения для губ**

1. Улыбка - удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.
2. Хоботок (Трубочка) - вытягивание губ вперед длинной трубочкой.
3. Заборчик - губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.
4. Бублик (Рупор) - зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

### **Статические упражнения для языка**

1. Окошечко - рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.
2. Лопаточка - рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.



3. Чашечка - рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не



касаются зубов.

4. Иголочка - рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

5. Горка (Киска сердится) - рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

6. Желобок - язык просунуть через округленные губы. Боковые края языка загнуть вверх.

7. Грибок - рот открыт. Язык присосать к нёбу.



### Динамические упражнения для языка.

1. Часики (Маятник) - рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

2. Змейка - рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать вглубь рта.

3. Качели - рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

4. Футбол (Спрячь конфетку) - рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.

5. Чистка зубов - рот открыт. Языком водить по верхним и нижним резцам с внутренней стороны зубов.

6. Лошадка - присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

7. Гармошка - рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

8. Маляр - рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

9. Вкусное варенье - рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

10. Облизем губки - рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.

11. Дятел - рот открыт. Язык в форме «чашечки» поднять за верхние зубы. Кончик языка стучит: «Д, д, д, ...»

12. Барабан - тоже, что и «Дятел», но произносим «Дын, дын, дын, ...».

13. Балалайка - выполняем упражнение «Барабан». В это время чистым, прямым пальцем водим по языку вправо – влево. Слышим: «Дрын, дрын, дрын,

## АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



Учитель-логопед

Афанасьева М.В