

# РАЗВИВАЕМ РЕЧЕВОЙ АППАРАТ ДОМА

## Артикуляционная гимнастика

Почти все знают, что гимнастика для рук и ног нужна для того, чтобы быть ловким и сильным. А для правильного звукопроизношения необходимо делать гимнастику для органов артикуляции (языка, губ, щёк и др.)

Артикуляционную гимнастику следует всегда **начинать с отработки основных движений губ, языка**, необходимых для четкого, правильного произношения всех звуков:

- Удерживание губ в улыбке, передние верхние и нижние зубы обнажены.
- Вытягивание губ вперед трубочкой.
- Чередование положений губ: в улыбке — трубочкой.
- Спокойное открывание и закрывание рта, губы в положении улыбки.
- Язык широкий.
- Язык узкий.
- Чередование положений языка: широкий — узкий.
- Подъем языка за верхние зубы.
- Чередование движений языка вверх-вниз.
- Чередование следующих движений языка (при опущенном кончике): отодвигать язык в глубь рта — приближать к передним нижним резцам.

После отработки основных движений выполняется комплекс упражнений, подготавливающий артикуляционный аппарат для правильного произношения конкретного звука, группы звуков.

**Упражнения, способствующие выработке движений и положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения свистящих звуков ([с], [з], [ц]).**

### «Загони мяч в ворота»

Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребенком), загоняя его между двумя кубиками.

Методические указания.

1. Следить, чтобы не надувались щеки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.

2. Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

### **«Непослушный язычок»**

Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя... Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от одного до пяти — десяти.

Методические указания.

1. Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.

2. Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.

3. Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребенок не задерживал при этом выдыхаемый воздух. Проконтролировать выполнение можно так: поднести ватку ко рту ребенка! если тот делает упражнение правильно, она будет отклоняться. Одновременно это упражнение способствует выработке направленной воздушной струи.

### **«Сделай язык широким»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти — десяти.

Методические указания.

1. Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было напряжения.

2. Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа.

3. Не высовывать язык далеко: он должен только накрывать нижнюю губу.

4. Боковые края языка должны касаться углов рта.

5. Если это упражнение не получается, надо вернуться к упражнению «Непослушный язычок».

### **«Кто дальше загонит мяч?»**

Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук [ф], сдуть ватку на противоположный край стола.

Методические указания.

1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
2. Нельзя надувать щеки.
3. Следить, чтобы ребёнок произносил звук [ф], а не звук [х], т. е. чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

### **«Почистим зубы»**

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.

Методические указания.

1. Губы неподвижны, находятся в положении улыбки.
2. Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.
3. Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов.

**Упражнения, способствующие выработке движений и положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения шипящих звуков ([ш], [ж], [ч], [щ]).**

**«Непослушный язычок»** (см. комплекс упражнений для правильного произношения свистящих звуков)

### **«Грибок»**

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. (Язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная связка — его ножку.)

Методические указания.

1. Следить, чтобы губы были в положении улыбки.
2. Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно — ни одна половина не должна опускаться.
3. При повторении упражнения надо открывать рот шире.

### **«Вкусное варенье»**



Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

Методические указания.

1. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не «подсаживала» язык наверх — она должна быть неподвижной (можно придерживать ее пальцем).

2. Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.

3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Непослушный язычок». Как только язык станет распластанным, нужно шпателем поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.

### **«Гармошка»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к нёбу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная уздечка). Губы находятся в положении улыбки. При повторении упражнения надо стараться открывать рот все шире и все дольше удерживать язык в верхнем положении.

Методические указания.

1. Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны.

2. Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счет от трех до десяти.

3. Следить, чтобы при открывании рта не провисала одна из сторон языка.

### **«Фокус»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

Методические указания.

1. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.

2. Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе; посередине образуется щель, в которую идет воздушная струя. Если это не получается, можно слегка придержать язык.

3. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

**Упражнения, подготавливающие артикуляционный аппарат для правильного произношения звука [л].**

**«Непослушный язычок»** (см. комплекс упражнений для правильного произношения свистящих звуков)

**«Вкусное варенье»** (см. комплекс упражнений для правильного произношения шипящих звуков)

**«Пароход гудит»**

Приоткрыть рот и длительно произносить звук [ы] (как гудит пароход).

Методические указания. Следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта, а спинка была поднята к нёбу.

**«Индюк»**

Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы — как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл (как индюк болбочет).

Методические указания.

1. Следить, чтобы язык был широким и не сужался.

2. Чтобы движения языком были вперед-назад, а не из стороны в сторону.

3. Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

**«Качели»**

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от одного до пяти. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от одного до пяти. Так, поочередно менять положение языка 4—6 раз.

Методические указания. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

### **«Пощелкай кончиком языка»**

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

Методические указания.

1. Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, потом быстрее.
2. Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.
3. Если у ребенка пощелкивание не получается, нужно предложить ему выполнить упражнение «Приклей конфетку», а потом вернуться к этому упражнению.
4. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, т. е. чтобы ребенок щелкал языком, а не чмокал.

### **«Беззвучно пощелкивай кончиком языка»**

Ребенок должен производить те же движения языком, что и в предыдущем упражнении, только беззвучно.

Методические указания.

1. Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны: упражнение выполняет только язык.
2. Кончик языка не должен загигаться внутрь.
3. Кончик языка упирается в нёбо за верхними зубами, а не высовывается изо рта.

**Упражнения, подготавливающие артикуляционный аппарат для правильного произношения звука [р].**

### **«Чьи зубы чище?»**

Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Методические указания.

1. Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.
2. Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загигался внутрь, а находился у корней верхних зубов.
3. Нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.



### **«Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот и «погладить» кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед-назад.

Методические указания.

1. Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.

2. Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, и не высывался изо рта.

**«Кто дальше загонит мяч?»** (см. комплекс упражнений для правильного произношения свистящих звуков)

**«Пощелкать кончиком языка»** (см. комплекс для правильного произношения звука [л])

**«Вкусное варенье»** (см. комплекс упражнений для правильного произношения шипящих звуков)

**«Индюк»** (см. комплекс для правильного произношения звука [л])

### **«Барабанщики»**

Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук [д]: д-д-д. Сначала звук [д] произносить медленно. Постепенно убыстрять темп.

Методические указания.

1. Рот должен быть все время открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

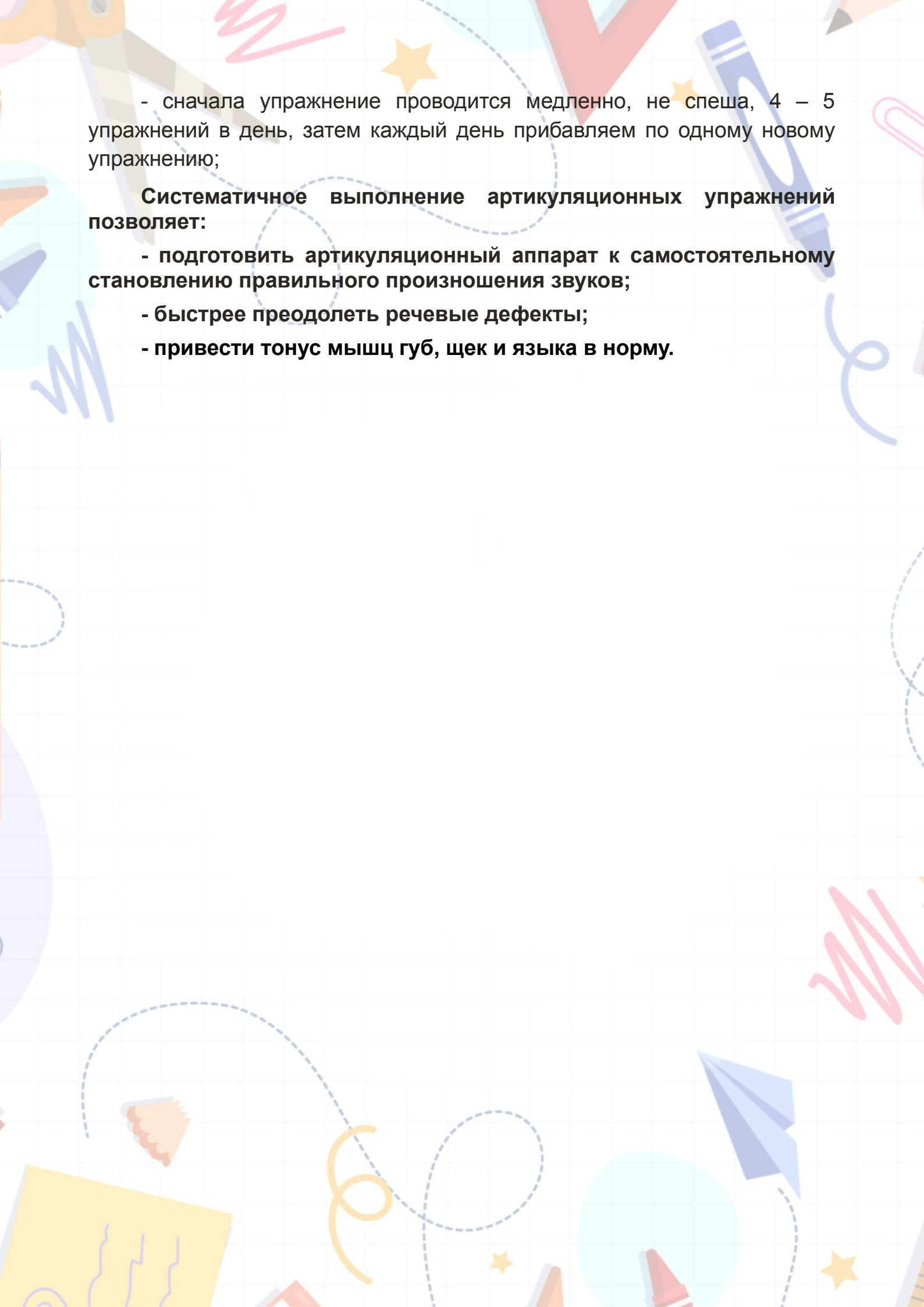
2. Следить, чтобы звук [д] носил характер четкого удара — не был хлюпающим.

3. Кончик языка не должен подворачиваться.

4. Звук [д] нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя. Для этого надо поднести ко рту полоску бумаги. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

**Существует несколько основных правил для достижения эффекта от проведения артикуляционной гимнастики дома:**

- заниматься следует ежедневно 7 – 10 минут;
- все упражнения проводятся перед зеркалом;



- сначала упражнение проводится медленно, не спеша, 4 – 5 упражнений в день, затем каждый день прибавляем по одному новому упражнению;

**Систематичное выполнение артикуляционных упражнений позволяет:**

- подготовить артикуляционный аппарат к самостоятельному становлению правильного произношения звуков;
- быстрее преодолеть речевые дефекты;
- привести тонус мышц губ, щек и языка в норму.