

Артикуляционная гимнастика

Цель артикуляционной гимнастики – выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

Упражнения должны быть систематическими, целенаправленными, эмоциональными, в игровой форме.

Нужно научить ребенка правильно применять соответствующие движения, выработать точность, чистоту, плавность, силу, темп, быструю переключаемость от одного движения к другому.

Проводить артикуляционную гимнастику ежедневно, не менее 3 раз в день, сидя перед зеркалом. Каждое движение выполнять 5 – 7 раз, не доводить до утомления.

Примерный комплекс упражнений для звуков [С], [С'], [З], [З'], [Ц]

(при произнесении этих звуков – улыбка, зубы обнажены, кончик языка широкий, упирается в нижние зубы, щель вдоль языка по средней его линии, струя воздуха узкая, холодная)

1. «Наказать непослушный язычок»

Улыбка. Приоткрыть рот. Спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя. В течение 5 – 10 сек.

2. «Лепешка»

Улыбка. Рот открыт. Положить широкий расслабленный край языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении 5 – 10 сек.

3. «Иголочка»

Рот открыт. Высунуть узкий напряженный язык вперед, не касаясь зубов и губ. Удерживать 5 – 10 сек.

4. «Качели»

Улыбка. Рот открыт. Движения языка:

- а) Широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку;
- б) Широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе;
- в) Широкий язык прикасается к верхним резцам, затем к нижним. Нижняя челюсть неподвижна.

5. «Щеточка»

Улыбка. Рот открыт. Широким языком погладить нижние зубы, делая движения языком вверх-вниз. Нижняя челюсть неподвижна.

6. «Лодочка»

Улыбка. Рот открыт. Язык высунут. Боковые края лопатообразного языка поднимаются, по середине образуется впадина. Удерживать 5 – 10 сек.

7. «Кошка сердится»

Улыбка. Рот открыт. Широкий кончик языка упирается в основании нижних зубов. Спинка языка выгибается, затем выравнивается. Нижняя челюсть неподвижна.

8. «Лягушка»

Улыбка. Произносить многократно звук И.

9. «Снежинка»

Улыбка. Рот приоткрыт. Широкий язык высунут. Кончик языка опущен. Боковые края прижаты к верхним зубам. Подуть на кусочек ватки, бумаги. Выдох сильный, плавный, целенаправленный.

10. «Заборчик»

Улыбка. Зубы сомкнуты. Удерживать 5 – 10 сек.

11. «Колечко»

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед, как при звуке О. верхние и нижние зубы видны.

12. «Дудочка»

Зубы сомкнуты. Губы округлены и вытянуты вперед, как при звуке У.

13. «Заборчик – Колечко – Дудочка»

Зубы сомкнуты. Губами имитируются звуки И-О-У, О-У-И, У-О-И.

Примерный комплекс упражнений для звуков [Ш], [Ж], [Ч], [Щ]

(при произнесении этих звуков – губы округлены и слегка вытянуты вперед, зубы сближены, широкий язык в форме чашечки, щель между поднятым кончиком языка и альвеолами, выдыхаемая струя воздуха сильная, широкая, теплая)

1. «Лепешка»

Улыбка. Рот открыт. Положить широкий расслабленный край языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении 5 – 10 сек.

2. «Пирожок»

Улыбка. Рот открыт. Язык высунут. Боковые края лопатообразного языка поднимаются вверх, по середине языка образуется впадина. Удерживать язык 5 – 10 сек. Нижняя челюсть неподвижна.

3. «Качели»

Улыбка. Рот открыт. Движения языка:

- а) Широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку;
- б) Широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе;
- в) Широкий язык прикасается к верхним резцам, затем к нижним. Нижняя челюсть неподвижна.

4. «Шаги»

Улыбка. Рот открыт. Движения языка:

- а) широким языком дотронуться до верхних зубов с наружной стороны, затем с внутренней;
- б) широким языком дотронуться до нижних зубов с наружной стороны, затем с внутренней.

Нижняя челюсть неподвижна.

5. «Кисточка»

Улыбка. Рот открыт. Широким кончиком языка погладить небо, делая движения языком назад - вперед (от зубов к горлышку и обратно). Нижняя челюсть неподвижна.

6. «Грибок»

Улыбка. Рот открыт. Прижать язык всей плоскостью к небу (присосать), удерживать в таком положении 5 – 10 сек. Язык будет напоминать шляпку гриба, а подъязычная уздечка – его ножку.

7. «Гармошка»

Выполнять «Грибок» и, не опуская языка, раскрывать и закрывать рот.

8. «Вкусное варенье»

Улыбка. Рот открыт. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот, к центру неба. Нижняя челюсть неподвижна.

9. «Чашечка»

Улыбка. Рот открыт. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается книзу. Удерживать 5 – 10 сек. Нижняя челюсть неподвижна.

10. «Фокус»

Улыбка. Рот открыт. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка прогибается книзу. Удерживая язык в таком положении, сдуть ватку с кончика носа. Нижняя челюсть неподвижна.

11. «Саночки»

Улыбка. Рот открыт. Боковые края языка плотно прижимаются к верхним коренным зубам, спинка прогибается вниз, кончик свободен. Нижняя челюсть неподвижна.

12. «Кошка сердится»

Улыбка. Рот открыт. Широкий кончик языка упирается в основании нижних зубов. Спинка языка выгибается, затем выравнивается. Нижняя челюсть неподвижна.

13. «Колечко»

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед, как при звуке О. верхние и нижние зубы видны.

14. «Заборчик – Колечко - Дудочка»

Зубы сомкнуты. Губами имитируются звуки И-О-У, О-У-И, У-О-И.

Примерный комплекс упражнений для звуков [Л], [Л']

(при произнесении этих звуков – губы принимают положение в зависимости от следующего гласного звука, зубы сближены, но не сомкнуты, кончик языка прижимается к основаниям верхних зубов (или более низкое положение), посередине образуется ложкообразная вдавленность, выдыхаемая струя воздуха слабая)

1. «Наказать непослушный язычок»

Улыбка. Приоткрыть рот. Спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя. В течение 5 – 10 сек.

2. «Лепешка»

Улыбка. Рот открыт. Положить широкий расслабленный край языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении 5 – 10 сек.

3. «Качели»

Улыбка. Рот открыт. Движения языка:

- а) Широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку;
- б) Широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе;
- в) Широкий язык прикасается к верхним резцам, затем к нижним. Нижняя челюсть неподвижна.

4. «Вкусное варенье»

Улыбка. Рот открыт. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот, к центру неба. Нижняя челюсть неподвижна.

5. «Пощелкать кончиком языка, пузырь лопается»

Улыбка. Рот открыт. Широкий кончик языка прижать к альвеолам и со щелчком оторвать. Сначала выполнять медленно, затем в более быстром темпе. Нижняя челюсть неподвижна.

6. «Индюк»

Улыбка. Рот открыт. Производить передним краем языка движения по верхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от губы, кончик слегка загнуть вверх, как бы поглаживая губу. Нижняя челюсть неподвижна.

7. «Кошка сердится»

Улыбка. Рот открыт. Широкий кончик языка упирается в основании нижних зубов. Спинка языка выгибается, затем выравнивается. Нижняя челюсть неподвижна.

8. «Капельки»

Улыбка. Рот открыт. Кончик языка опущен и оттянут назад. Медленно произносить звук [К], стараясь задержать выгнутый язык в верхнем положении как можно дольше. Нижняя челюсть неподвижна.

9. «Катушка»

Улыбка. Рот открыт. Широкий кончик языка упирается в альвеолы, спинка языка выгибается, язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта. Нижняя челюсть неподвижна.

10. «Пароход»

Улыбка. Рот открыт, как для произнесения звука [А]. Длительно произносить [Ы]. Нижняя челюсть неподвижна.

Примерный комплекс упражнений для звуков [Р], [Р']

(при произнесении этих звуков – губы принимают положение в зависимости

от следующего гласного звука, передняя часть языка распластана и поднята к основаниям верхних зубов, напряжена; кончик языка неплотно прилегает к альвеолам и вибрирует в проходящей воздушной струе, выдыхаемая струя воздуха сильная, направленная, проходит посередине)

1. «Качели»

Улыбка. Рот открыт. Движения языка: Нижняя челюсть неподвижна.

- а) широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку.
- б) широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе.
- в) широкий язык прикасается к верхним резцам, затем к нижним.
- г) широкий язык вставить между верхними зубами и губой, а затем между нижними зубами и губой.
- д) широким кончиком языка дотронуться до альвеол, затем до оснований нижних зубов.
- е) широким кончиком языка дотронуться до оснований нижних зубов, затем поднять язык вверх, кончиком дотронуться до мягкого нёба.

2. «Вкусное варенье»

Улыбка. Рот открыт. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот, к центру неба. Нижняя челюсть неподвижна.

3. «Достать языком нос»

Улыбка. Рот открыт. Широкий язык поднять к носу и опустить к верхней губе. Следить, чтобы язык не сужался.

4. «Достать языком подбородок»

Улыбка. Рот открыт. Широкий язык опустить к подбородку, затем поднять к нижней губе.

5. «Шаги»

Улыбка. Рот открыт. Движения языка:

- а) широким языком дотронуться до верхних зубов с наружной стороны, затем с внутренней;
- б) широким языком дотронуться до нижних зубов с наружной стороны, затем с внутренней.

Нижняя челюсть неподвижна.

6. «Кисточка»

Улыбка. Рот открыт. Широким кончиком языка погладить небо, делая движения языком назад - вперед (от зубов к горлышку и обратно). Нижняя челюсть неподвижна.

7. «Грибок»

Улыбка. Рот открыт. Прижать язык всей плоскостью к небу (присосать), удерживать в таком положении 5 – 10 сек. Язык будет напоминать шляпку гриба, а подъязычная уздечка – его ножку.

8. «Гармошка»

Выполнять «Грибок» и, не опуская языка, раскрывать и закрывать рот.

9. «Лошадка»

Улыбка. Рот открыт. Широкий лопатообразный язык прижать к небу (присосать язык) и со щелчком оторвать. Нижняя челюсть неподвижна.

10. «Пощелкать кончиком языка, пузырь лопается»

Улыбка. Рот открыт. Широкий кончик языка прижать к альвеолам и со щелчком оторвать. Сначала выполнять медленно, затем в более быстром

11. «Индюк»

Улыбка. Рот открыт. Производить передним краем языка движения по верхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от губы, кончик слегка загнуть вверх, как бы поглаживая губу. Нижняя челюсть неподвижна.

12. «Фокус»

Улыбка. Рот открыт. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка прогибается книзу. Удерживая язык в таком положении, сдвигать ватку с кончика носа. Нижняя челюсть неподвижна.

13. «Фыркание»

Широкий расслабленный язык положить между губами. Дуть на язык и губы так, чтобы они вибрировали. Следить, чтобы губы не напрягались, щеки не раздувались, язык зубами не зажимался.

14. «Барабан»

Улыбка. Рот открыт. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами (альвеолами), многократно и отчетливо произнося звук [Т-Т-Т] – сначала медленно, постепенно убыстряя темп. Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, звук Т носил характер четкого удара, а не хлопал, кончик языка не подворачивался, ощущалась выдыхаемая струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги (должна отклоняться).

15. «Дятел»

Улыбка. Рот открыт. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами (альвеолами), многократно и отчетливо произнося звук [Д-Д-Д] – сначала медленно, постепенно убыстряя темп. Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, звук Т носил характер четкого удара, а не хлопал, кончик языка не подворачивался, ощущалась выдыхаемая струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги (должна отклоняться).

16. «Дятел поет»

Улыбка. Рот открыт. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами (альвеолами), многократно и отчетливо произнося слоги ДА-ДЫ. При произнесении слога ДА – язык отводится в центр нёба, при произнесении ДЫ – перемещается к бугоркам за верхними резцами. Сначала выполнять медленно, затем темп убыстряется. Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, кончик языка не подворачивался, ощущалась выдыхаемая струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги (должна отклоняться).

17. «Стрекоза»

Улыбка. Рот открыт. Произносить звук [Ж] на сильном долгом выдохе. Следить, чтобы широкий кончик языка упирался в основания верхних зубов.