



Артикуляционная гимнастика

Язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для любой другой мышцы, гимнастика просто необходима. Если язык будет сильным, гибким, хорошо развитым, то он сможет выполнять тонкие целенаправленные движения, которые в дальнейшем помогут правильно произносить звуки.



Артикуляционная гимнастика - специальные упражнения, которые повышают подвижность органов речи, увеличивают силу их движений, а также помогают ребенку запомнить правильное положение языка и губ.

Сначала гимнастику следует выполнять сидя перед зеркалом, ребёнок должен видеть что делает его язык, губы, щёки. Когда ребёнок научится делать различные упражнения, зеркало можно убрать.



Артикуляционную гимнастику лучше проводить в виде игры или сказки не дольше 5-7 минут. Начинать с 1-2 упражнений, постепенно увеличивая количество.

Выполнение артикуляционных упражнений полезно в любом возрасте, так как чёткая артикуляция – основа хорошей дикции.

Упражнения артикуляционной гимнастики делятся на группы:



Упражнения для язычка — развивают подвижность языка, ребенка учат делать язык широким и узким, убирать язык за нижние зубы, поднимать к верхним зубам.



Упражнения для губ — ребенок учится вытягивать и округлять губы, растягивать их в улыбке



Упражнения для щёк — ребенок учится надувать щеки, набирая воздух и выпускать воздух, сдувая щеки. Перекачивать воздух из одной щеки в другую.

Надо иметь в виду, что занятия для языка надо начинать со статических упражнений (когда язык не выполняет движений, а занимает какое-то положение, например: упражнение «Блинчик» - язык неподвижно лежит на нижней губе). И только когда ребенок освоит эти упражнения, можно переходить к динамическим упражнениям (когда язык активно выполняет упражнения, например: упражнение «Качели» - язык двигается вверх-вниз, то за верхние зубы, то за нижние).

Артикуляционная гимнастика (каждое упражнение выполняется 3-5 раз).



Котёнок любит молоко:
Нальёшь - и нет ни капли вмиг.
Лакает быстро и легко,
«Лопаткой» высунув язык.

Широко открыть рот, сделать 4-5 движений языком, как бы лакая молоко.

Хомячок надует щёчки,
У него зерно в мешочках.
Мы надуем щёчки тоже,
Хомячку сейчас поможем.

Надуть щёки при закрытом рте и подержать 3-5 сек.



Бегемотик рот открыл.
Подержал, потом закрыл.
Подразним мы бегемота.
Подшутить над ним охота.

Широко открыть рот и удерживать до 3-5 сек.

Белка щёлкает орешки –
Обстоятельно, без спешки.
Упираем язычок
Влево – вправо, на бочок.

При закрытом рте упираем кончик языка то в левую, то в правую щёку. Выполняем 3- 5 раз, немного отдыхаем и повторяем упражнение.



Хоботок слонёнок тянет.
Он вот- вот банан достанет.
Губы в трубочку сложи
И слонёнку покажи.

Вытягиваем губы вперёд, как для поцелуя, держим в таком положении 3-5 сек. Возвращаем губы в спокойное положение, немного отдыхаем и повторяем упражнение.