

Кому и зачем нужна артикуляционная гимнастика?

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений для органов речевого аппарата: губ, языка. Она помогает:

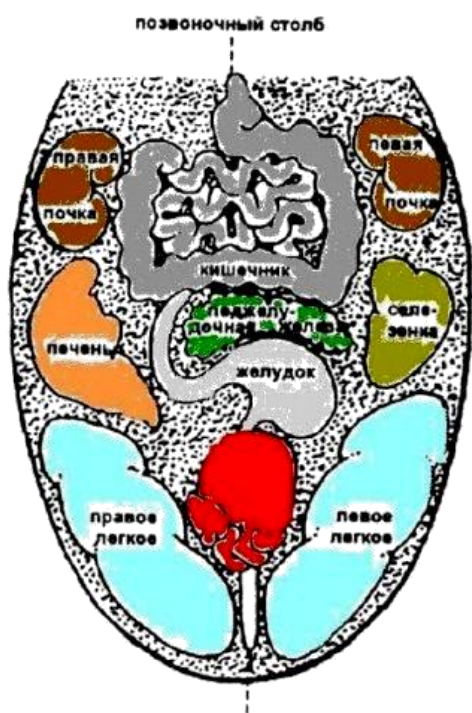
- ✓ сформировать у ребенка правильное произношение звуков;
- ✓ исправить имеющиеся нарушения звукопроизношения;
- ✓ выработать четкую дикцию при «смазанной» речи.



Артикуляционная гимнастика способствует также успешному освоению и иностранных языков и ораторского искусства.

Четкая дикция необходима не только для результативного общения, но и для успешного овладения письмом. Перед тем, как записать слово, мы сначала проговариваем его про себя, приводя органы артикуляции в микродвижения. А им в свою очередь соответствуют определенные движения руки, необходимые для начертания той или иной буквы. Поэтому нечеткость, смазанность звукопроизношения ведет к неправильному употреблению букв при письме.





Кроме того, согласно учению Восточной медицины, проекции внутренних органов человека находятся на различных участках его тела: ступнях, ладонях, ушах, и в том числе на языке. Таким образом, выполняя упражнения для различных мышц языка, мы опосредованно активизируем работу и соответствующих внутренних органов.

Движения губ, выполняемые в артикуляционной гимнастике, активизируют работу мышц лица и позволяют поддерживать их в тонусе. А это значит, что они помогут поддержать упругость кожи, сделать кожу более эластичной и подтянутой, и даже избавиться от морщин. Так что...

делайте артикуляционную гимнастику вместе с ребенком и будьте здоровы и молоды!

Специальные упражнения для исправления отдельных дефектов речи индивидуально подбирает логопед. А вот общеразвивающие упражнения может выполнять любой. Их легко можно найти в различных популярных пособиях или в интернете. Главное помнить:

- ✓ *все хорошо в меру;*
- ✓ *важнее не количество, а качество;*
- ✓ *привычке нужна регулярность!*

Упражнение «Забор»



Перед зеркалом просим ребенка **максимально** растянуть губы (улыбнуться), показать верхние и нижние зубы. Верхние зубы должны находиться **прямо над** нижними на расстоянии примерно 1 мм (первое время его можно удерживать, например, проводя вправо-влево между зубами зубочисткой. Следить, чтобы ребенок не морщил нос. Удерживать под счет до 5, закрыть рот. При обильном слюноотечении – проглотить слюну (некоторым детям нужно напоминать делать это). Повторить 3 раза.

Упражнение «Окно»

Из положения «Забор» медленно открывать рот (например, под команду: «От-кры-ва-ем рот»). Зубы должны быть видны. Удерживать под счет до 5. Медленно закрыть рот (например, под текст: «За-кры-ва-ем рот»). Повторить 3 раза.



Упражнение «Трубочка»



Из положения «Забор» вытянуть губы вперед, плотно их сомкнуть, чтобы в центре не было дырочки. Необходимо следить, чтобы нижняя челюсть не опускалась (например, контролировать рукой). Удерживать под счет до 5. Повторить 3 раза.

Сказка «У бабушки с дедушкой»

ЖИЛИ БЫЛИ ДЕДУШКА И БАБУШКА.

К НИМ ТОЛСТЫЕ ВНУКИ ПРИЕХАЛИ В ГОСТИ (надуваем щёки),

С НИМИ ХУДЫЕ - ЛИШЬ КОЖА ДА КОСТИ (втягиваем щёки).

БАБУШКА С ДЕДУШКОЙ ВСЕМ УЛЫБНУЛИСЬ (губы в широкой улыбке, видны верхние и нижние зубы),

ПОЦЕЛОВАТЬ ОНИ ВСЕХ ПОТЯНУЛИСЬ (губы тянутся вперёд).

УТРОМ ПРОСНУЛИСЬ — В УЛЫБОЧКУ ГУБЫ (снова широкая улыбка).

ЧИСТИЛИ МЫ СВОИ ВЕРХНИЕ ЗУБЫ (широкий язык за верхними зубами)



ВПРАВО И ВЛЕВО, ВНУТРИ И СНАРУЖИ (соответствующие движения широким языком).

С НИЖНИМИ ЗУБКАМИ ТОЖЕ МЫ ДРУЖИМ (повторение этих движений языком в положении за нижними зубами).

ГУБЫ СОЖМЁМ МЫ, И РОТ ПРОПОЛОЩЕМ (поочерёдное надувание щёк — губы не пропускают воздух),

И САМОВАРОМ ПЫХТИМ, ЧТО ЕСТЬ МОЧИ (одновременное надувание обеих щёк с последующим выпуском воздуха через губы).

БЛЮДЦА ПОСТАВИМ - ПОЛОЖАТ БЛИНЫ НАМ (широкий язык лежит на нижней губе).

ДУЕМ НА БЛИНЧИК — НЕ В ЩЁКИ, НЕ МИМО (подуть на широкий язык).

БЛИНЧИК ЖУЁМ, ЗАВЕРНЁМ И ПРИКУСИМ (жуём распластанный язык, потом прикусываем его, завернув за нижние зубы),

БЛИНЧИК С ВАРЕНЬЕМ МАЛИНОВЫМ ВКУСНЫМ (облизываем широким языком верхнюю губу спереди назад).

ЧАШКИ ПОСТАВИМ, ЧТОБ ЧАЮ НАЛИЛИ (широкий язык загибаем кверху чашечкой),

НА НОС ПОДУЛИ - МЫ ЧАЙ ОСТУДИЛИ (подуть с «чашечки» вверх).

ЧАЮ ПОПИЛИ — НИКТО НЕ ОБИЖЕН («чашечка» двигается вперёд-назад).

ВКУСНЫЙ БЫЛ ЗАВТРАК - МЫ ГУБКИ ОБЛИЖЕМ (кончик языка облизывает губы по кругу).

БАБУШКА ШИЛА, А БАРСИК С КАТУШКОЙ

БЕГАЛ, КАК БУДТО С ЖИВОЮ ЗВЕРЮШКОЙ (кончик языка зацепляем за нижние губы и двигаем язык вперёд-назад).

БАБУШКЕ НАШЕЙ ВСЕГДА ПОМОГАЕМ:

НИТКИ В ИГОЛКИ МЫ ЕЙ ПРОДЕВАЕМ (узкий язык вытянут вперёд).

БАБУШКА ШВЫ НА МАШИНКЕ СТРОЧИЛА (узкий язык двигается вперёд-назад)

И НА ЗИГЗАГ ЕЁ ПЕРЕКЛЮЧИЛА (узкий язык двигается влево-вправо).

ПЕТЛИ ИГОЛКОЙ ОНА ОБМЕТАЛА (кончик языка описывает круг за губами),

ПУГОВКИ КРУГЛЫЕ ПОПРИШИВАЛА (кончик языка упирается то в одну, то в другую щёку, а палец пытается втолкнуть его в рот).

ДЕДУШКА СДЕЛАЛ ДЛЯ ВНУКОВ КАЧЕЛИ (широкий язык ставится попеременно то за верхние, то за нижние зубы),

ВСЕ МЫ НА НИХ ПОКАЧАТЬСЯ УСПЕЛИ.

ПОСЛЕ КАЧЕЛЕЙ МЫ В ПРЯТКИ ИГРАЛИ (широкий язык убирается под верхнюю губу),

ПРЯТАЛИСЬ НА ЧЕРДАКЕ И В ПОДВАЛЕ (широкий язык - под нижнюю губу).

ДЕДУШКА СКАЧЕТ НА ЛОШАДИ ЛОВКО (щёлкаем языком),

ЗВОНКИЕ ВЯЗНУТ НА ГЛИНЕ ПОДКОВКИ (цоканье на верхней губе).

ВОТ ЗАМЕДЛЯЕТ ЛОШАДКА ШАЖОЧКИ (медленное цоканье с натягиванием подъязычной связки),

ВОТ НА ОПУШКЕ МЫ ВИДИМ ГРИБОЧКИ (присасываем язык к нёбу и открываем рот).

ВОТ ИЗ САРАЯ ИНДЮШКА ПРИШЛА,

ВАЖНО СКАЗАЛА: «БЛ-БЛ-БЛ-ЛА» (широкий язык ходит вперёд-назад по верхней губе; упражнение делаем с голосом).

И УШЛА.

Вот и закончился день пора спать. Завтра опять будем гулять.

