

## **Консультация учителя-логопеда Беловой И.И. для родителей: «Что такое артикуляционная гимнастика?»**

Все мы знаем, что для того чтобы ребенок был сильным и ловким, подвижным и выносливым нужно укреплять мышцы- делать гимнастику. А для того чтобы ребенок умел правильно, четко и выразительно говорить необходимо делать упражнения и для речевых органов (языка, неба, губ)- артикуляционную гимнастику.

**Артикуляционная гимнастика** – это комплекс специальных упражнений для развития силы и подвижности речевых мышц. Выполняя гимнастику, ребенок отрабатывает определенные положения органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Занимаясь артикуляционной гимнастикой с ребенком, придерживайтесь следующих *рекомендаций*:

1. Упражнения выполняются перед зеркалом, чтобы ребенок видел свое и ваше лицо. Когда ребенок будет уверенно выполнять их, зеркало можно убрать.
  2. Проводить артикуляционную гимнастику ежедневно, следить, чтобы ребенок не уставал. Постепенно следует переходить от простых упражнений к более сложным, выполнять упражнения сначала в медленном темпе, под счет или другие команды.
  3. За раз выполняется 2-3 упражнения. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
  4. Статические упражнения (удержание артикуляционной позы в одном положении) выполняются по 10-15 секунд
  5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления.
- Сначала взрослый показывает ребенку упражнение. Далее ребенок выполняет упражнение, а взрослый контролирует его. Обратите внимание, чтобы ребенок выполнял задание качественно: плавно, точно, в заданном темпе.

Важно, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица.

### **Комплекс артикуляционных упражнений ( по М.М. Безруких)**

1. Начинают работу с основных движений губ и языка, которые необходимы для правильно произношения всех звуков:
  1. Удержание губ в улыбке, передние зубы обнажены
  2. Вытягивание губ трубочкой
  3. Чередование движений языка вверх-вниз
  4. Подъем языка за верхние зубы
  5. Чередование движений языка при опущенном кончике: сначала вглубь рта, затем к нижним резцам
2. Комплекс упражнений, необходимых для правильного произношения свистящих звуков:
  1. Не надувая щеки, вытянув губы трубочкой, гонять ватный шарик по столу на одном выдохе (выдох не должен становиться прерывистым, упражнение не

должно проводиться чересчур долго, так как при продолжительном дутье имеется риск развития гипоксии мозга)

2. Ребенка просят немного приоткрыть рот, положить язык на нижнюю губу и ,пошлепывая губами, произносить «пя-пя-пя». Язык при этом должен оставаться широким и касаться краями уголков рта, задерживать дыхание нельзя (контролируется поднесенной ко рту ваткой на нитке)
3. Ребенка просят улыбнуться, положить язык на нижнюю губу и удерживать его в таком положении; не стоит растягивать губы в слишком широкую улыбку, так как это способствует напряжению, язык не извлекают слишком далеко, достаточно, чтобы он прикрывал нижнюю губу и касался уголков рта
4. Продолжая выполнять предыдущее действие, необходимо сдуть ватку по столу, произнося звук ф, стараясь не надуть щеки
5. Ребенка просят улыбнуться, показать зубы, слегка приоткрыт рот и поводить кончиком языка по нижним зубам из стороны в сторону, причем губы должны оставаться неподвижны, а кончик языка не должен скользить по верхнему краю зубов
3. Комплекс упражнений, направленный на отработку шипящих звуков:
  1. Просят ребенка положить широкий кончик языка на нижнюю губу, потом кладут на край маленький ломтик ириски или тянучки. Одним движением необходимо приклеить конфету к небу. Работать должен только язык! Упражнение следует выполнять медленно, следить, чтобы нижняя челюсть оставалась неподвижной.
  2. Ребенка просят улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и прижать язык всей плоскостью к небу. Губы должны сохранять положение улыбки, с каждым повторением рот надо стараться открывать шире, а язык прижимать равномерно.
  3. Ребенка просят приоткрыть рот и облизать верхнюю губу, делая языком движение сверху вниз. Нижняя челюсть должна оставаться в покое. Края языка должны касаться уголков рта.
  4. Ребенка просят улыбнуться, приоткрыть рот, прижать язык к небу и, не отпуская языка, открывать и закрывать рот (происходит растягивание уздечки). Губы должны оставаться в положении улыбки. Рот надо стараться открывать как можно шире. Открыв рот, надо удерживать его в таком положении 10 с.
  5. Ребенка просят улыбнуться, приоткрыть рот, положить край языка на верхнюю губу так, чтобы края его были прижаты, а посередине сформировался желобок. На кончик носа кладут ватный шарик и просят его сдуть. Нужно следить, чтобы нижняя челюсть оставалась неподвижной, нижняя губа не натягивалась на зубы. Если все выполняется правильно, ватка при дуновении взлетает вверх.
4. Комплекс, направленный на отработку произношения звука л
  1. Слегка приоткрыть рот, длительно произносить звук ы, так, чтобы кончик языка был опущен, а спинка языка поднята к небу

2. Приоткрыт рот, положить язык на верхнюю губу, поглаживать ее языком, проводя взад-вперед, добавлять голос, чтобы получилось «бл-бл-бл». Язык должен облизывать верхнюю губу, а не выноситься вперед

3. Ребенка просят улыбнуться, показать зубы, положить язык на нижние зубы, с внутренней стороны, удерживать 5-10 с, повторить несколько раз. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной

4. Ребенка просят улыбнуться, показать зубы и пощелкать языком. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной.

5. Те же движения языком повторить без звука

5. Комплекс упражнений для правильного произношения звука р

1. Ребенка просят приоткрыть рот и поводить кончиком языка по внутренней стороне верхних зубов, поводя языком из стороны в сторону. Губы при этом должны находиться в положении улыбки, зубы обнажены. Кончик языка расположен у основания верхних зубов. Нижняя челюсть неподвижна

2. Ребенка просят улыбнуться, открыть рот и погладить кончиком языка небо, делая движения вперед-назад. Кончик языка должен доходить до внутренней поверхности основания верхних зубов

3. Ребенка просят улыбнуться, открыть рот, постучать кончиком языка за верхними зубами, произнося «д-д-д», работая только языком, не меняя положения губ и нижней челюсти. В рамках комплекса рекомендуется повторять ряд упражнений: из комплекса 2 – четвертое, из комплекса 3 – третье, из комплекса 4 – второе и четвертое.

