

«Артикуляционная гимнастика»



Презентацию подготовила:
учитель-логопед
Щапова Ольга Михайловна
МДОУ «Детский сад № 78»
г. Ярославль

Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения для правильного звукопроизношения.

Самым эффективным средством профилактики речевых нарушений является артикуляционная гимнастика.

Что же такое артикуляционная гимнастика?

Артикуляционная гимнастика-

это комплекс специальных упражнений для развития и укрепления мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированных движений артикуляционных органов, участвующих в речевом процессе.

Цель артикуляционной гимнастики:

выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата (языка, губ, нижней челюсти и т.д.), необходимых для правильного произношения звуков, подготовка речевого аппарата к речевым нагрузкам.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики:

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 5 - 8 минут.
2. Прежде чем начать занятия, необходимо познакомить ребенка с названиями артикуляционных органов. Такое знакомство лучше провести в форме сказки. В результате ребенок должен усвоить названия органов: верхние и нижние зубы, верхняя и нижняя губа, небо, язык (кончик, спинка, боковые края), альвеолы (бугорки за верхними зубами).
3. В начале занятий упражнения нужно выполнять в медленном темпе.

4. Не следует предлагать детям более 3 - 5 упражнений за раз – разбиваем комплекс на весь день. Из выполняемых 3 - 5 упражнений новым может быть только одно, остальные даются для повторения и закрепления.
5. В комплексе должны присутствовать 2-3 упр. статических и 2-3 упр. динамических. Начинают гимнастику со статических упражнений, они выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении), далее переходят к динамическим.
6. На первых занятиях упражнение повторяется 2-3 раза в связи с повышенной истощаемостью упражняемой мышцы, в дальнейшем каждое упражнение выполняется до 10-15 раз.

7. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.
8. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме. Каждое упражнение имеет своё название, свой образ. Так ребенку легче запомнить движение.
9. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Размещать детей надо так, чтобы все они видели лицо педагога.

10. Педагог дает инструкцию по выполнению упражнения, инструкции надо давать поэтапно. Например: улыбнись, покажи зубы, приоткрой рот, подними кончик языка вверх к бугоркам за верхними зубами, постучи в бугорки кончиком языка со звуком д-д-д.
11. В процессе выполнения гимнастики обращается внимание на объём движений, скорость, координированность, точность, плавность, на симметричность работы групп мышц, на поиск позы, удержания её, переключаемость с одного движения на другое, иначе артикуляционная гимнастика не имеет смысла. Упражнения должны проводиться целенаправленно, важно не количество упражнений, а качество их выполнения.

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов;
- подготовить ребёнка к правильному произношению звуков.

Виды артикуляционных упражнений:

- **Статические** упражнения направлены на то, чтобы ребенок научился удерживать артикуляционную позицию 5-10 секунд (Лопаточка, Чашечка, Иголочка, Горка, Грибок).
- **Динамические** упражнения (ритмичное повторение движений по 6-8 раз) вырабатывают подвижность языка и губ, их координацию и переключаемость. (Часики, Качели, Лошадка, Маляр, Вкусное варенье, Чистим зубки).



Статические упражнения

Упражнение «Лягушка»

Ход выполнения упражнения: Губы растянуты в виде улыбки, обнажая сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.



**Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к
ушкам.**

**Вы сейчас тяните губки-
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем – перестанем
И нисколько не устанем**



Упражнение «Слоник»

Ход выполнения упражнения: Вытянуть губы трубочкой, зубы сомкнуты. Удерживать губы в таком положении на счет 5 - 10.



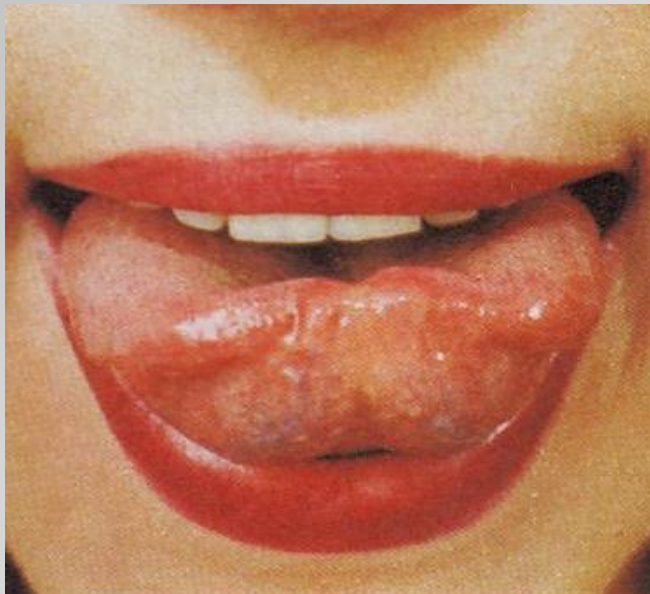
**Буду подражать слону!
Губы «хоботком» тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю**



Упражнение «Чашечка»

Ход выполнения упражнения:

Рот широко раскрыт. Широкий кончик языка поднять вверх. Потянуть его верхним зубам, но не касаться их. Боковые края языка прикасаются к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение выполнить 3—4 раза.



**Язычка загнем края.
Делай так же, как и я.**

**Язычок лежит
широкий и, как
чашечка, глубокий.**



Упражнение «Парус»

Ход выполнения упражнения:

Рот широко раскрыт. Широкий кончик языка поставить за верхние зубы на бугорки, спинку языка немного прогнуть вперед. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение повторить 2—3 раза.



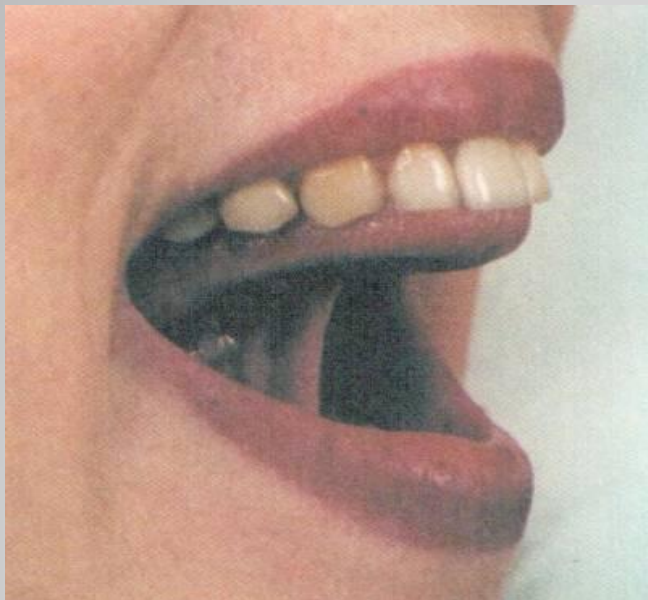
**Лодочка под парусом по
реке плывёт,
На прогулку лодочка
малышей везёт.**



Упражнение «Грибок»

Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к небу и не отпуская языка. Губы находятся в положении "улыбки". При повторении упражнения рот надо стараться открывать все шире, удерживая в верхнем положении под счет от 3-10.



Под берёзой, у дорожки
Гриб растёт на толстой
ножке.

Мимо мы пройти не
сможем,
Гриб в лукошко мы
положим.



Упражнение

«Киска сердится»

Ход выполнения упражнения: Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть за нижние зубы, «спинку» выгнуть, а боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 8- 10.



Выгни язычок, как спинку Выгнул этот рыжий кот. Ну-ка, рассмотри картинку: Он по мостику идет.



Упражнение «Лопатка»

Ход выполнения упражнения: Широко открываем рот. Кладем мягкий спокойный язычок на нижнюю губу. Задерживаем на 3—5 секунд. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза



**Котенок любит молоко:
Нальешь — и нет ни капли
вмиг. Лакает быстро и
легко, «Лопаткой»
высунув язык.**



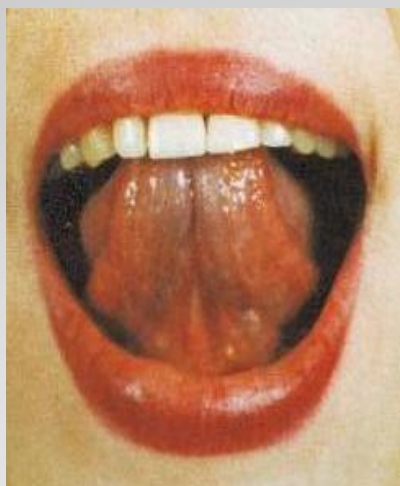


Динамические упражнения

Упражнение «Качели»

Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, широкий язык загнуть за нижние зубы на счет «раз». На счет «два» загнуть язык за верхние зубы.



**Выше дуба, выше ели
На качелях мы взлетели.
А скажите, вы б сумели
Язычком «качать
качели»?**



Упражнение «Часики»

Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться, открыть рот.

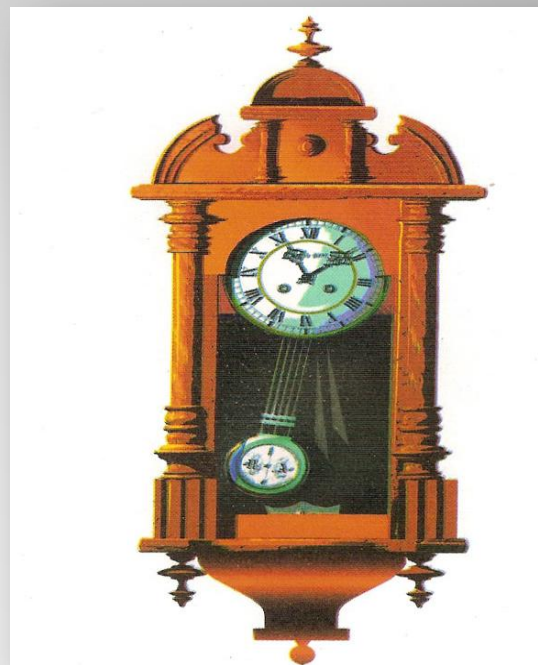
Кончик языка переводить на счет раз-два из одного уголка рта в другой.

Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.

Повторить 5 – 10 раз.



**Тик – так, тик – так.
Язычок катался так,
Словно маятник часов.
Ты в часы играть готов?**



Упражнение «Чистим зубки»

Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться. Открыть рот

Кончиком языка «почистить» за нижними зубами (влево, вправо)

Кончиком языка «почистить» за верхними зубами (влево, вправо)



**Зубки надо чистить дважды
Каждое утро и вечер
каждый**



Упражнение «Вкусное варенье»

Ход выполнения упражнения:

Широко открываем рот, острым кончиком языка проводим по верхней губе слева направо и обратно. Следим за тем, чтобы не двигалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.



**Блин мы ели с
наслаждением –
Перепачкались
вареньем.
Чтоб варенье с губ
убрать,
Ротик нужно облизать**



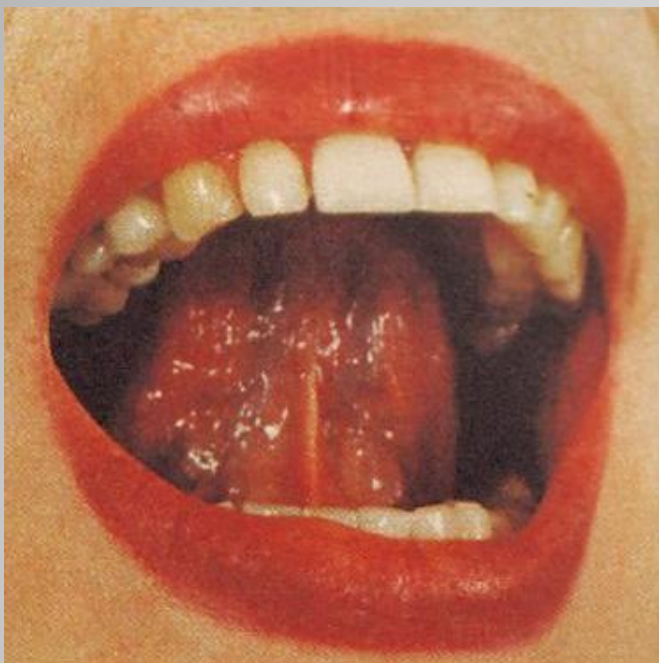
Упражнение «Маляр»

Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться, открыть рот.

Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу.

Нижняя челюсть не должна двигаться



**Красить комнаты пора.
Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Маляру мы помогаем.**



Упражнение «Гармошка»

Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться, приоткрыть рот, «приклеить» язык к небу и, не опуская 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 всё шире и всё дольше удерживать язык в верхнем положении.



Ну-ка, рот пошире,
крошки.

Поиграем на гармошке!
Язычок не отпускаем,
Только ротик открываем.
Раз, два, три, четыре,
пять,
Нам нетрудно повторять!

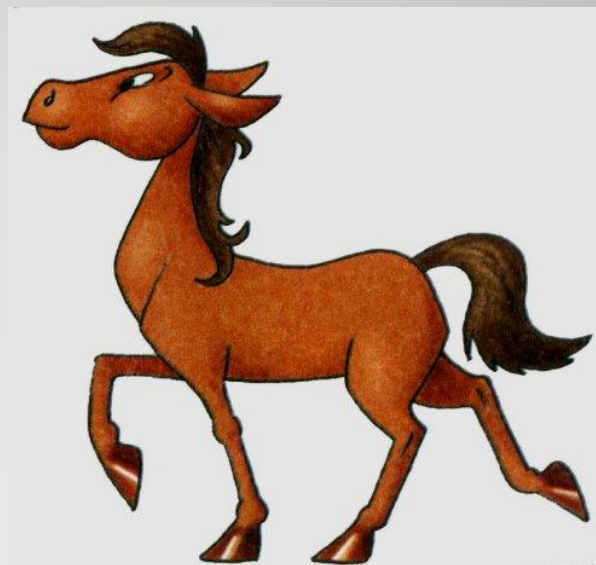


Упражнение «Лошадка»»

Ход выполнения упражнения: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами). Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.



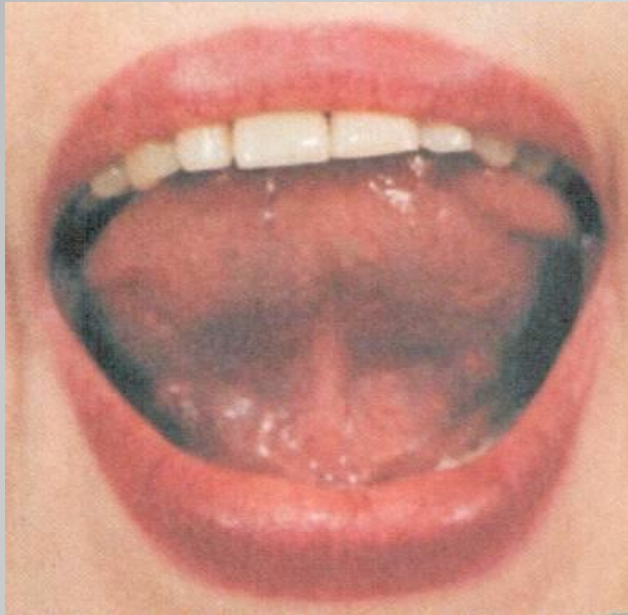
**Я – весёлая лошадка,
Тёмная, как шоколадка.
Язычком пощёлкой
громко-
Стук копыт услышишь
звонкий.**



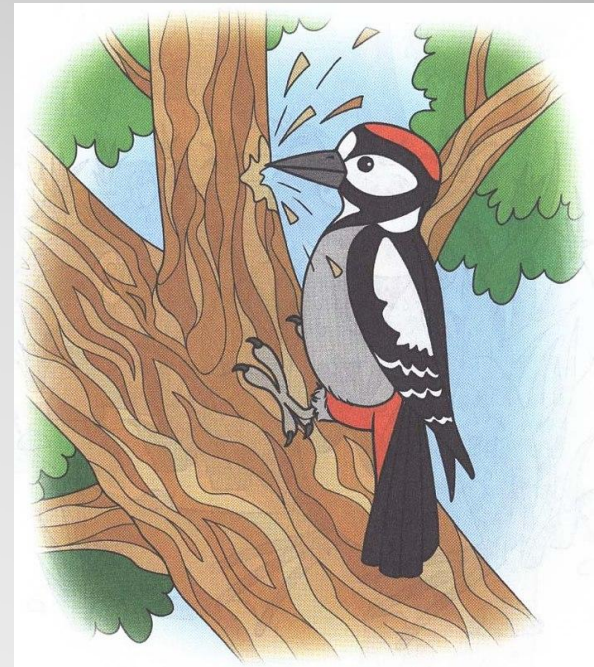
Упражнение «Дятел»

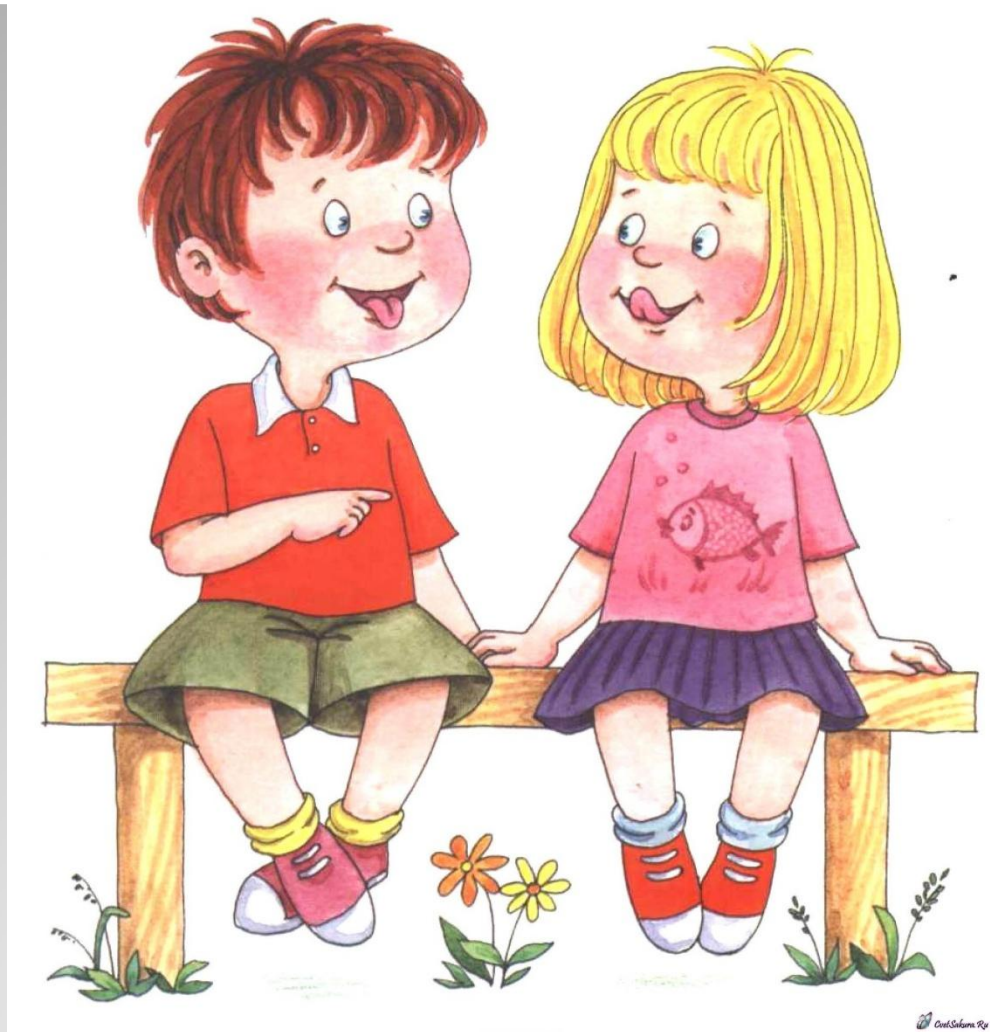
Ход выполнения упражнения:

Улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх. Кончиком языка с силой "ударять" по бугоркам (альвеолам) за верхними зубами и произносить звуки: "Д-Д-Д..." Выполнять 10-20 секунд сначала медленно, затем увеличивая темп. Следить, чтобы работал только кончик языка, а сам язык не прыгал.



**Дятел на стволе сидит,
Клювом по нему стучит.
Стук да стук, стук да стук-
Раздаётся громкий звук.**





Спасибо за внимание!