

**ГБОУ АО «Сольвычегодский
детский дом №2»**



Артикуляционная гимнастика.

Что это такое?

Советы учителя - логопеда

Артикуляционная гимнастика - это комплекс упражнений для развития мышц артикуляторного аппарата (губ, щек, челюстей, языка, губ, неба)

Цель артикуляционной гимнастики заключается в том, чтобы трудный для ребёнка уклад, нарушенного звука, разложить на лёгкие простые элементы, а затем объединить их, и получить требуемый артикуляторный уклад. Кроме этого, целью артикуляционной гимнастики является и укрепление соответствующих мышечных групп, в процессе выполнения движений. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики, необходимо учитывать характер дефекта, нормальную артикуляцию звука. В процессе артикуляторной гимнастики отрабатываются все основные компоненты правильной артикуляции звука, каждый элемент тормозит неправильные движения, которые дифференцируются с нужными, правильными движениями.

Артикуляционная гимнастика проводится с детьми от 2-х лет для профилактики нарушений звукопроизношения и детьми более старшего возраста для коррекции нарушений речи. Проводить гимнастику следует каждый день, перед зеркалом.

**Требования к проведению
артикуляционной гимнастики**

При проведении артикуляторной гимнастики особое внимание необходимо уделять качеству выполнения артикуляторных движений, различным параметрам движений. Важно следить за чистотой выполнения движений (без сопутствующих движений), за плавностью движений, темпом, нормальным тонусом мышц (без излишнего напряжения или вялости), за объемом движений, умением удерживать движение определенное время, за переключаемостью движений, координацией движений языка и губ.



Как правильно заниматься артикуляционной гимнастикой?

- Желательно артикуляционную гимнастику выполнять сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, он не напряжен, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. После того как малыш немного освоится, зеркало можно убрать. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу)?
- Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.
- При знакомстве с упражнением достаточно 2 – 3-х его повторов, в дальнейшем упражнение необходимо выполнять не менее 5 – 6 раз.
- Лучше заниматься 2 раза в день (утром и вечером) в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка.

- Гимнастику можно проводить в игровой форме. Можно привлечь любимую игрушку.

Проведение артикуляционной гимнастики помогает:

- формировать кинетико – кинестетическую основу движений.
- развивать артикуляционную моторику до уровня минимальной достаточности для постановки звуков.
- воспитывать уверенность ребёнка в себе и своих возможностях, побуждать активность, самостоятельность, инициативность.
- поддерживать интерес ребёнка к трудоёмкому процессу освоения правильного произношения.

Гимнастика для челюстей:

- -Опускание и поднятие нижней челюсти.
- -Движение нижней челюсти вправо, влево.
- -Попеременное движение нижней челюсти вправо и влево.

Гимнастика для губ и щек:

- Надувание обеих щек одновременно.
- Нижняя губа под верхними зубами.
- Надувание щек попеременно.
- Втягивание щек в ротовую полость.
- Сомкнутые губы вытягивают вперед трубочкой, а затем возвращаются в нормальное положение.
- Улыбка: губы растягиваются в стороны, плотно прижимаются к деснам, обнажаются оба ряда зубов.
- Чередование улыбка - трубочка. Втягивание губ в ротовую полость при раскрытых челюстях.
- Поднимание только верхней губы, обнажаются только верхние зубы.
- Оттягивание вниз нижней губы, обнажаются нижние зубы.
- Поочередное поднятие и опускание верхней и нижней губы.
- Имитация полоскания зубов
- Чередование упражнений: нижняя/верхняя губы под верхними/нижними зубами
- Вибрация губ (фыркание лошади).
- При выдохе удерживать губами карандаш.

Основной комплекс
артикуляционной гимнастики

гимнастика для язычка

- **"Окошко"**: широко открыть рот — "жарко" закрыть рот — "холодно"



- **"Чашечка"**: улыбнуться, широко открыть рот, высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т.е. слегка приподнять кончик языка)



- **"Дудочка"**: с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)



- **"Заборчик"**: улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы



- **"Маляр"**: губы в улыбке, приоткрыть рот кончиком языка, погладить ("покрасить") небо



- **"Лошадка"**: вытянуть губы, приоткрыть рот, процокать "узким" языком (как цокают копытами лошади)



- **"Качели"**: улыбнуться, открыть рот кончик языка за верхние зубы кончик языка за нижние зубы



- **"Качели"**: улыбнуться, открыть рот кончик языка за верхние зубы кончик языка за нижние зубы



- **"Часики"**: улыбнуться, открыть рот кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



- **"Блинчик"**: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу



- **"Шарик"**: надуть щёки, сдуть щёки

