

# Артикуляционная гимнастика для детей

Вы обеспокоены состоянием речи своего малыша? Вашему ребёнку 4 года, но его речь малопонятна для окружающих? А может, ему уже 5 лет, но он неправильно произносит отдельные звуки, заменяет другими или совсем их пропускает?

Наша консультация поможет вам решить эти вопросы, но прежде всего вы должны проконсультироваться с логопедом и следовать его рекомендациям, так как артикуляционная гимнастика только готовит речевые органы к постановке звуков, но не ставит их!

Важную роль в формировании правильного произношения звуков играет четкая, точная, координированная работа артикуляционного аппарата (губ, языка, нижней челюсти, мягкого неба).

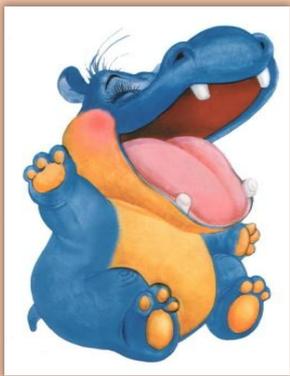
Для выработки полноценных движений губ, языка, челюсти полезна артикуляционная гимнастика. Упражнения должны быть понятны ребенку, доступны, желательно заранее разучены перед зеркалом.

Проводить артикуляционную гимнастику с ребенком необходимо ежедневно по несколько минут.

Выполняются артикуляционные упражнения как сидя, так и стоя.

Темп выполнения и количество упражнений постепенно увеличивается.

Наиболее эффективно выполнение артикуляционных упражнений под счет, с хлопками, под музыку, а также в сочетании с дыхательно-головными упражнениями (упражнения выполняются от 5 до 10-15 раз). Все упражнения имеют названия. Помощь родителей заключается только в повторении. Взрослый читает названия, а ребёнок показывает упражнения. Добивайтесь правильного выполнения.



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



**Учимся широко и спокойно открывать и закрывать рот.**

Повторяем упражнение 3-5 раз.

Даем ребенку время для отдыха и расслабления.

Предлагаем сглотнуть слюну.

Вновь повторяем упражнение 3-4 раза.



Улыбается щенок,  
Зубки напоказ.  
Я бы точно так же смог,  
Вот, смотри. Сейчас.



**Учимся делать упражнение «Улыбка»**

Широко разводим уголки губ, обнажив сжатые зубы.

Возвращаем губы в спокойное положение.

Даем ребенку время для отдыха и расслабления.

Предлагаем сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.



Хоботок слоненок тянет,  
Он вот-вот банан достанет.  
Губки в трубочку сложи  
И слоненку покажи.



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



Устала собачка и дышит устало.  
И даже за кошкой бегать не стала.  
Широкий язык отдохнет, полежит,  
И снова собачка за кошкой бежит.



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



**Учимся делать упражнение  
«Хоботок»**

Вытягиваем губы вперед, как для поцелуя,  
держим в таком положении 3-5 секунд.

Возвращаем губы в спокойное положение.

Даем ребенку время для отдыха и  
расслабления.

Предлагаем сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.



**Учимся делать упражнение  
«Хомячок»**

Предлагаем малышу надуть щеки при  
закрытом рте и подержать в таком  
положении 3-5 секунд, а потом  
выдохнуть, расслабиться, сглотнуть  
слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.



**Учимся делать упражнение  
«Лопата»**

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.



**Учимся делать упражнение  
«Котенок лакает молоко»**

Широко открываем рот, делаем 4-5  
движений широким языком, как бы  
лакая молоко.

Закрываем рот. Убираем язычок.

Даем ребенку время для отдыха и  
расслабления, предлагаем  
сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.



Язычка загнем края,  
Делай так же, как и я.  
Язычок лежит широкий  
И, как чашечка, глубокий.



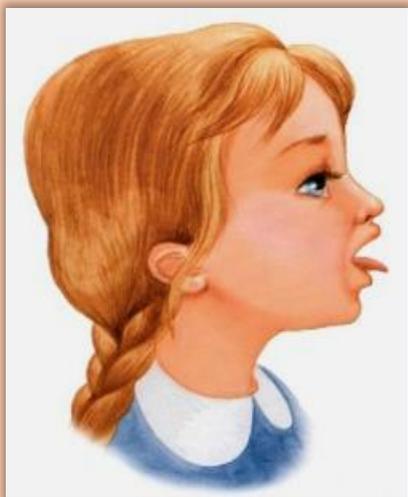
Выше дуба, выше ели  
На качелях мы взлетели.  
А скажите, вы б сумели  
Язычком «качать качели»?



У птички клювик очень колкий  
И тонкий, острый, как иголка.  
Взгляни-ка рядом на страницу:  
Мой язычок - как клюв у птицы.



Язык, как маятник часов,  
Качаться вновь и вновь готов.  
Котенок улыбается,  
Он, как и ты, старается.



### Учимся делать упражнение «Чашечка»

Широко открываем рот, кладем широкий язык на нижнюю губу, загибаем края языка «чашечкой» и медленно поднимаем ее за верхние зубы.

Затем предлагаем ребенку опустить язычок, закрыть рот, расслабиться, сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.

### Учимся делать упражнение «Качели»

Широко открываем рот, кладем на нижнюю губу спокойный расслабленный язык, переводим его на верхнюю губу, возвращаем на нижнюю, снова поднимаем на верхнюю.

Выполняем 6-8 раз.

Убираем язычок, закрываем рот.

Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.

### Учимся делать упражнение «Иголочка»

Широко открываем рот, приподнимаем и вытягиваем вперед тонкий язычок.

Фиксируем положение на 3-5 секунд.

Убираем язычок, закрываем рот.

Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.

### Учимся делать упражнение «Маятник»

Открываем рот, растягиваем губы в улыбку, вытягиваем язык, напрягаем его, касаемся острым кончиком языка то левого, то правого уголков губ.

Следим, чтобы язык двигался по воздуху, а не по нижней губе, чтобы не качалась 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.



Знает это весь народ:  
Любит мишка вкусный мед.  
Язычком губу оближет  
И подсядет к меду ближе.



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



Белка щелкает орешки  
Обстоятельно, без спешки.  
Упираем язычок  
Влево-вправо, на бочок.



**Учимся делать упражнение «Вкусный мед»**

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 слотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.



**Учимся делать упражнение «Мостик»**

Открываем рот. Выгнув спинку языка, упираем его кончик в нижние зубы изнутри рта. Удерживаем в таком положении 3-5 секунд.

Медленно сближаем и сжимаем зубы, закрываем рот.

«Мостик» стоит за закрытыми зубами.

Затем предлагаем ребенку выпрямить язычок, расслабиться, слотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.



**Учимся делать упражнение «Орешек»**

При закрытом рте упираем напряженный кончик языка то в левую, то в правую щеку.

Выполняем 6-8 раз.

Затем даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем слотнуть слюну.

Повторяем упражнение 3-4 раза.

### Требования к выполнению каждого упражнения

1. Точность и частота.
2. Плавность и легкость, не должно быть толчков, подёргиваний.
3. Движение одного органа должно совершаться без движения другого органа. Темп сначала медленный, потом убыстряется. Урегулировать темп можно хлопками.
4. Устойчивость конечного результата. Полученное положение должно удерживаться без изменений на счет до 10.
5. Переключение к другому движению должно совершаться плавно и достаточно быстро.

**Удачи, успехов, удовольствия в совместных занятиях с ребёнком!**