

# Артикуляционная гимнастика

Всем понятно для чего нужна гимнастика для рук и ног. Но для чего тренировать язык, он ведь и так «без костей»? На самом деле все не так просто. Язык – основная мышца органов речи, и гимнастика для него просто необходима. Кроме того, для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные губы и мягкое нёбо. Для того, чтобы не возникло проблем со звукопроизношением и нужна артикуляционная гимнастика, т.е. комплекс специальных упражнений для укрепления мышц артикуляционного аппарата, для развития силы, подвижности движений органов, участвующих в речевом процессе.

## Первый комплекс артикуляционной гимнастики для свистящих звуков с, з, ц.

### - Загнать мяч в ворота



1. Вытянуть губы вперед трубочкой
2. Длительно дуть на ватный шарик, загоняя его между двумя кубиками



### - Месим тесто

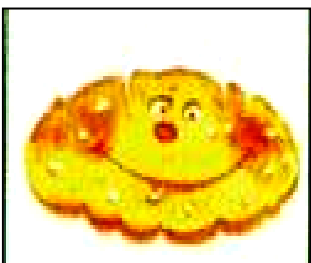


1. Улыбнуться
2. Немного приоткрыть рот
3. Пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...»



4. Удерживать в спокойном положении под счет от 1 до 5

### - Блинчик

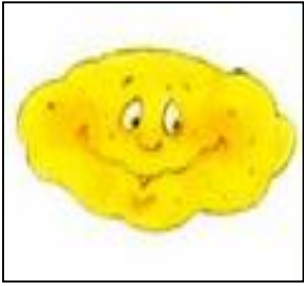


1. Улыбнуться
2. Приоткрыть рот
3. Положить широкий язык на нижнюю губу



4. Удерживать под счет от 5 до 10

- Остудим блинчик.



1. Улыбнуться
2. Положить широкий язык на нижнюю губу
3. Произнести звук Ф, воздух должен быть холодным. Щеки не надувать.



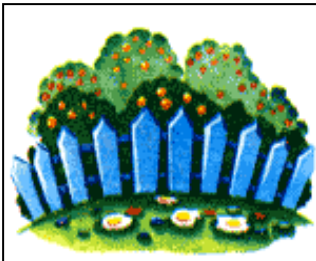
- Чистим зубки



1. Улыбнуться
2. Показать зубы, приоткрыть рот
3. Кончиком языка поочередно «почистить» нижние и верхние зубы



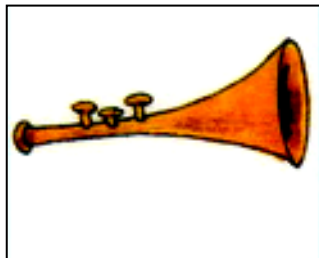
- Заборчик



1. Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы



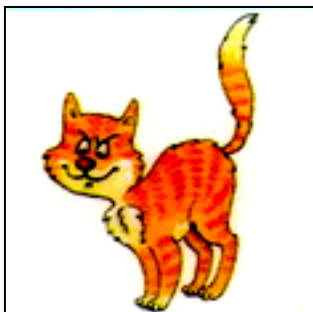
- Дудочка



1. С напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)
2. Выполнить динамические упражнения заборчик-дудочка 10-15 раз



- Киска сердится



1. Губы в улыбке, рот открыт
2. Кончик языка упирается в нижние зубы
3. Выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы



4. Покатали верхние зубы с горки «гладим киску» со звуком «ссс», зубы закрыли в красивый забор «ссс...»

## Второй комплекс артикуляционной гимнастики для шипящих звуков ш, ж, щ, ч.

### - Вкусное варенье



1. Слегка приоткрыть рот
2. Улыбнуться
3. Широким языком облизать верхнюю губу (нижняя челюсть должна быть неподвижна).



### - Месим тесто

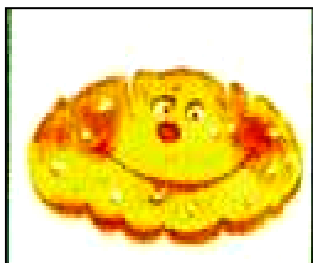


1. Улыбнуться
2. Немного приоткрыть рот
3. Пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...»



4. Удерживать в спокойном положении под счет от 1 до 5

### - Блинчик

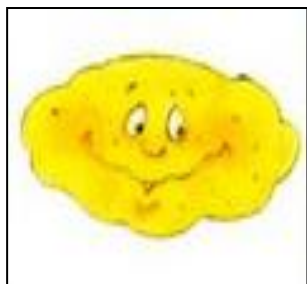


1. Улыбнуться
2. Приоткрыть рот
3. Положить широкий язык на нижнюю губу



4. Удерживать под счет от 5 до 10

### - Остудим блинчик.

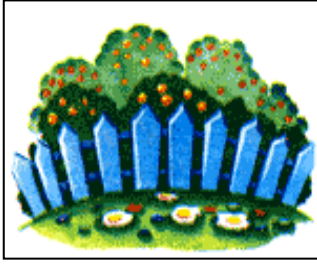


1. Улыбнуться
2. Положить широкий язык на нижнюю губу
3. Произнести звук Ф, воздух должен быть холодным. Щеки не надувать.





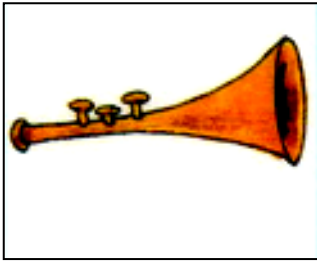
- Заборчик



1. Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы



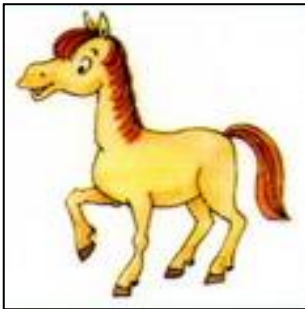
- Дудочка



1. С напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)
2. Выполнить динамические упражнения заборчик-дудочка 10-15 раз



- Лошадка



1. Вытянуть губы
2. Приоткрыть рот
3. Поцокать "узким" языком (как цокают копытами лошадки)
4. Лошадка спотыкается: губы-«заборчик» - губы-«Дудочка» продолжаем цокать.



- Грибочек



1. Улыбнуться
2. Показать зубы, приоткрыть рот
3. Поцокать языком, будто едешь лошадке

4. Присосать широкий язык к небу, широко открыть рот (язык будет напоминать шляпку грибка, растянутая подъязычная связка – его ножку).



на

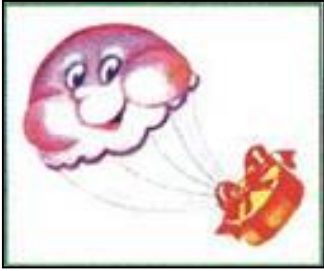
### - Гармошка



1. Улыбнуться, приоткрыть рот
2. Сделать «грибочек» (т.е. присосать широкий язык к небу)
3. Не отрывая языка открывать и закрывать рот (зубы не смыкать)



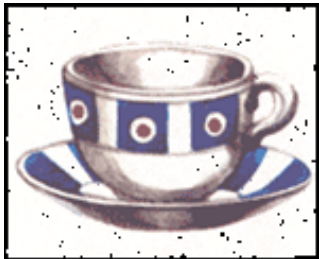
### - Парашютик



1. Улыбнуться, приоткрыть рот
2. На кончик носа положить ватку
3. Широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх



### - Чашечка



1. Улыбнуться
2. Широко открыть рот
3. Высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т. е. слегка приподнять кончик языка)



## Третий комплекс артикуляционной гимнастики для звука Л

### - Месим тесто



1. Улыбнуться
2. Немного приоткрыть рот
3. Пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...»



4. Удерживать в спокойном положении под счет от 1 до 5

### - Вкусное варенье



1. Слегка приоткрыть рот
2. Улыбнуться
3. Широким языком облизать верхнюю губу (нижняя челюсть должна быть неподвижна).



### - Качели



1. Улыбнуться
2. Приоткрыть рот, показать зубы
3. Кончик языка упереть за верхние зубы (удерживать под счет)



4. Кончик языка упереть за нижние зубы (удерживать под счет). Поочередно менять положение

### - Часики



1. Улыбнуться, открыть рот
2. Кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



- Орешки



1. Рот закрыт
2. Кончик языка с напряжением поочередно упирается в щёки
3. На щеках образуются твердые шарики - "орешки"



- Пароход гудит



1. Губы в улыбке
2. Рот приоткрыт
3. Длительно произнести звук «ы-ы-ы»



- Индюки болтают



1. Приоткрыть рот
2. Положить язык на верхнюю губу
3. Языком быстро двигать по верхней губе - «бл-бл-бл»





## Четвертый комплекс артикуляционной гимнастики для звука Р

### - Чистим зубки



1. Улыбнуться
2. Показать зубы, приоткрыть рот
3. Кончиком языка поочередно «почистить» нижние и верхние зубы



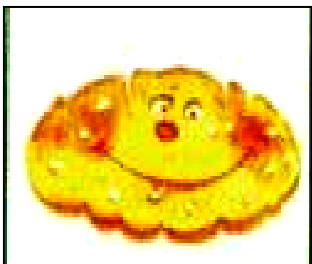
### - Маляр



1. Губы в улыбке
2. Приоткрыть рот
3. Кончиком языка погладить («покрасить») небо, делая движения языком вперед-назад



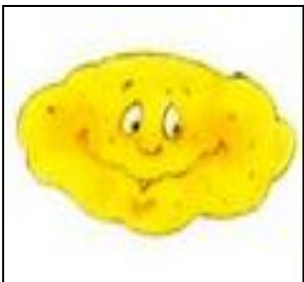
### - Блинчик



1. Улыбнуться
2. Приоткрыть рот
3. Положить широкий язык на нижнюю губу
4. Удерживать под счет от 5 до 10



### - Остудим блинчик.



1. Улыбнуться
2. Положить широкий язык на нижнюю губу
3. Произнести звук Ф, воздух должен быть холодным. Щеки не надувать.





- Часики



1. Улыбнуться, открыть рот
2. Кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



- Орешки



1. Рот закрыт
2. Кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки
3. На щеках образуются твердые шарики - "орешки"



- Вкусное варенье



1. Слегка приоткрыть рот
2. Улыбнуться
3. Широким языком облизать верхнюю губу (нижняя челюсть должна быть неподвижна).



- Индюки болтают



1. Приоткрыть рот
2. Положить язык на верхнюю губу
3. Языком быстро двигать по верхней губе - «бл-бл-бл»



- Барабанщик



1. Улыбнуться
2. Открыть рот
3. Кончиком языка постучать за верхними зубами, произнося звук Д: д-д-д (сначала



медленно, постепенно убыстрять темп). Нижняя челюсть неподвижна. (Можно попытаться ватной палочкой под языком во время частого произнесения д-д-д создать искусственную вибрацию языка).