**Артикуляционная гимнастика**

***Игра «Сказочка-указочка»***

Цель: закрепить знание частей лица.

Ход: взрослый читает стихотворение и вместе с ребенком, показывает части лица и артикуляционные органы.

Не устала ты пока, Ты сильна, а не слаба, Есть у губ одна черта –

Покажи, моя рука: Здравствуй, верхняя губа, В них улыбка заперта

Это – правая щека, Здравствуй, нижняя губа, Вправо – правый угол рта,

Это – левая щека. Ты не меньше мне люба! Влево – левый угол рта.

Подбородок тянем вниз, А вокруг-то – целый ряд – Нёбо вместо потолка

Чтобы с челюстью отвис. Зубки нижние стоят Есть во рту у языка.

Там – к прогулкам не привык – Боковые слева, справа, А когда открылся рот,

Робко прячется язык. Впереди – зубов оправа. Язычок пошёл вперед.

 Интересная картинка:

 Есть и кончик, есть и спинка,

 Боковые есть края –

 Всё про ротик знаю я!

***Игра «Всё за мною повторяй, только не показывай щеки (нос, живот, зубы…)»***

Цель: проверить знание частей тела и лица, развивать внимание.

Ход: взрослый в достаточно быстром темпе называет и показывает части тела и лица, пытаясь «перехитрить» ребенка. Ребенок должен быть внимательным и не показывать «запрещенную» часть тела или лица.

Прежде чем приступить к выполнению артикуляционных упражнений, необходимо выяснить, как ваш ребенок ориентируется в пространстве: может ли он показать, что находится справа, слева, впереди, сзади, наверху, внизу; различает ли он правую и левую руки. Без этого выполнение артикуляционной гимнастики может оказаться затруднительным для ребенка.

***Общая артикуляционная гимнастика***

***«Улыбка»*** - улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы (удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10).

 ***«Трубочка»*** - вытянуть сомкнутые губы вперед (удерживать губы под счёт от 1 до 5-10).

***«Домик открывается»*** - слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука «а»: «а-а-а»), подержать рот открытым 5-10 сек., медленно закрыть.

Чередование ***«Трубочка» - «Улыбка»*** - «Домик открывается» - взрослый выполняет поочерёдно движения губами в любом порядке («у-и-а», «а-у-и», «и-у-а», «и-у, у-и» (озвучивая движения губ либо молча)), удерживая губы в каждой позиции 3-5 сек., а ребенок повторяет.

***«Любопытный язычок»*** - улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперёд-назад. Язык кладём на нижнюю губу, затем убираем его в рот. Рот остаётся открытым. Упражнение выполняется 8-10 раз.

***«Лягушка»*** - опускаем нижнюю губу, обнажая нижние зубы, возвращаем на место (до 10 раз).

***«Зайчик»*** - поднимаем верхнюю губу, обнажая верхние зубы, опускаем обратно (до 10 раз).

***«Окошко»*** - зубы почти сомкнуты. Губы принимают положение окошечка (удерж. 5-10 сек.).

***«Язык здоровается с подбородком»*** - улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком дотянуться вниз (к подбородку), затем убрать язык в рот. Проделать упражнение 5-10 раз.

 ***«Язык здоровается с верхней губой»*** - слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу. Подержать язык на верхней губе 3-5 сек., убрать в рот.

***«Обезьянка»*** - приоткрыть рот, поместить язык между нижней губой и зубами (удерж. 5 сек.)

***«Бульдог»*** - приоткрыть рот, поместить язык между верхней губой и зубами (удерж. 5 сек.)

***«Прятки»*** - ребёнок попеременно выполняет упражнения «Обезьянка» и «Бульдог».

***«Хомяк»*** - язык поочерёдно упирается в правую и левую щёки, задерживаясь на 3-5 сек.

 ***«Кружок»*** - рот закрыт; язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека – под верхней губой – левая щека – под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. «Нарисовать» по 5-6 кругов в одну и другую сторону.

Чередование ***«Толстячки - Худышки»*** - ребёнок поочерёдно надувает и втягивает щёки в покойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 сек.

***«Шарики***» - ребёнок в спокойном темпе поочерёдно надувает правую и левую щёки.

***«Самовар»*** - сжать губы, надуть щёки, удержать 2-3 сек., выпустить через губы («Пых!»).

 ***«Шлёпаем губами по языку»*** – улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить: «па-па-па». Выполнять поэтапно: кончик языка; середина языка; продвигая его медленно вперёд, а затем назад.

**Рекомендации по выполнению артикуляционной гимнастики (АГ)**

Регулярное выполнение АГ улучшает подвижность, кровоснабжение, нервную проводимость артикул. органов (АО), укрепляет мышечную систему языка, губ, щек, учит ребенка удерживать арт. позу, уменьшает напряженность АО, подготавливает ребенка к правильному произношению звуков.

1) Проводить АГ нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у ребенка навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут.

2) Не следует предлагать ребенку более 2-3 упражнений за раз. Необходимо отрабатывать с ребенком 2-3 упражнения, а затем добавлять по одному. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал.

3) Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз. Статические упражнения (удержание артикул. позы в одном положении) выполняются по 10-15 секунд.

4) Взрослый рассказывает о упражнении, показывает и контролирует выполнение упражнения ребенком: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.

Важно, чтобы движения выполнялись симметрично по отношению к пра-вой и левой стороне лица.В противном случае АГ не достигает своей цели.

5) АГ выполняют сидя (у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении). Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения АГ должны находиться перед настенным зеркалом.

Также ребенок может воспользоваться ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему. Если у ребенка не получается движение, помогайте ему (чайной ложкой или просто чистым пальцем).

6) Упражнения необходимо выполнять без напряжения, в спокойном темпе. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме. Например, для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка (облизал верхнюю губу) можно намазать ее вареньем или шоколадом.

7) Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикул. аппарата. В последующем она исчезает, движения становятся непринужденными и координированными.

Чаще хвалите ребенка и ни в коем случае не выказывайте недовольство, если что-то не получается!

Упражнения, подготавливающие органы артикуляции к

постановке свистящих звуков [с]-[сь], [з]-[зь], [ц]

***«Покусаем язык»*** - улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык. Варианты: 1) покусывать кончик языка; 2) покусывать середину языка; 3) покусывать язык, продвигая его постепенно вперёд-назад. Во время выполнения упражнения произносить: «та-та-та». Произношение этих слогов помогает ребёнку в выполнении упражнения.

***«Кусаем боковые края языка»*** - улыбнуться, спеть «и-и-и» (язык расширится) – и, не меняя положения языка, покусывать его края боковыми зубами 10-15 раз.

***«Чистим зубы снаружи»*** - улыбнуться, показать зубы, широким языком медленно провести с наружной стороны зубов, имитируя чистящее движение. Так же «чистим» наружную сторону нижних зубов.

***«Загоним мяч в ворота»*** - вытянуть губы вперёд «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.

***«Лопаточка»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

***«Дуем на лопаточку»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на нижнюю губу и спокойно подуть по середине языка.

***«Горка»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

***«Ветерок дует с горки»*** - улыбнуться, приоткрыть рот. Язык установить «горкой», а затем спокойно плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.

***«Горку построим-горку разрушим»*** - улыбнуться, установить кончик языка за нижние зубы, напрячь язык, чтобы он принял положение горки, затем расслабить его. Удерживать язык в расслабленном и напряжённом состоянии по 3-5 сек.

***«Чистим нижние зубы (с внутренней стороны)»*** - улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны.

***«Катушка»*** - улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперёд и убирать в глубь рта. Упражнение повторить 8-10 раз в спокойном темпе.

***«Жуём блинчик»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, потом выдвинуть его чуть вперёд и покусывать свёрнутый язык 10-15 раз.

Упражнения, подготавливающие органы артикуляции к

постановке шипящих звуков [ш], [ж], [ч], [щ]

***«Чашечка»*** - улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

***«Вкусное варенье»*** - улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».

***«Ступеньки»*** - улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем за верхние зубы. Удерживать в каждом положении 3-5 секунд.

***«Фокус»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос.

***«Не разбей чашечку»*** - придать языку форму чашечки и двигать его: выдвигать вперёд и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3-5 секунд, не разрушая «чашечки».

***«Чистим верхние зубы (с внутренней стороны)»*** - улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.

Упражнения, подготавливающие органы артикуляции к постановке сонорных звуков [л]-[ль]

***«Парус»*** - улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.

***«Иголочка»*** - открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

***«Маятник»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Проделать упражнение 10-15 раз.

***«Змейка»*** - открыть рот и производить узким языком движения вперед-назад («жало змейки»).

***«Индюк»*** - приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения кончиком языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп движений постепенно убыстрять, затем включить голос, пока не послышится «бл-бл» (так «болбочет» индюк).

***«Качели***» - улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3-5 секунд. Так, поочередно, менять положение языка 4-6 раз.

***«Пароход»*** - слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» («пароход гудит»).

 Упражнения, подготавливающие органы артикуляции к постановке сонорных звуков [р]-[рь]

***«Маляр»*** - улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперёд-назад.

***«Барабанщик***» - улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя «д-д-д». Темп убыстряется постепенно. Варианты:

1) стучим кончиком языка за верхними зубами, произнося «дын-дын-дын» («звоночек»);

2) стучим и произносим : «т-д-т-д» («скачет лошадка»); 3) многократно произносим: «а-д-д-д», «а-д-д-д», «а-д-д-д» («песенка»).

***«Лошадка»*** - улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).

***«Грибок***» - улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.

***«Гармошка»*** - улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.

***«Кучер»*** - сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышен характерный звук: «тпру-у-у».

﻿Крупенчук О.И., Воробьева Т.А.

Логопедические упражнения: Артикуляционная гимнастика. - СПб.:

﻿Издательский дом "Литера", 2004. - 64 с.