

## Комплексы артикуляционных упражнений для выработки правильных артикуляционных укладов.

Артикуляционная гимнастика— это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата.



Артикуляционные упражнения способствуют укреплению мышц речевого аппарата, формируют правильные, полноценные движения артикуляционных органов (языка, губ, нижней челюсти и др.), улучшают дикцию; поэтому артикуляционная гимнастика необходима детям, имеющим речевые нарушения, и полезна всем детям, как с целью профилактики нарушений, так и с целью развития.

Основные рекомендации по выполнению артикуляционной гимнастики:

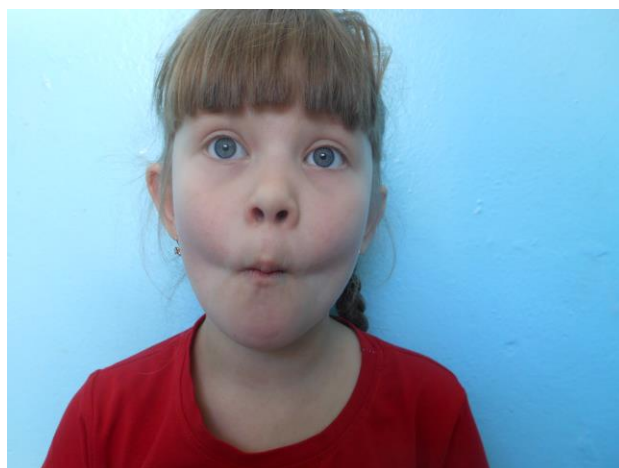
- проводите артикуляционную гимнастику регулярно. Лучше заниматься ежедневно, каждое упражнение надо повторять 5 раз;
- упражнения выполняйте перед зеркалом. Следите за положением ребенка, сидя ребенок должен чувствовать себя комфортно;



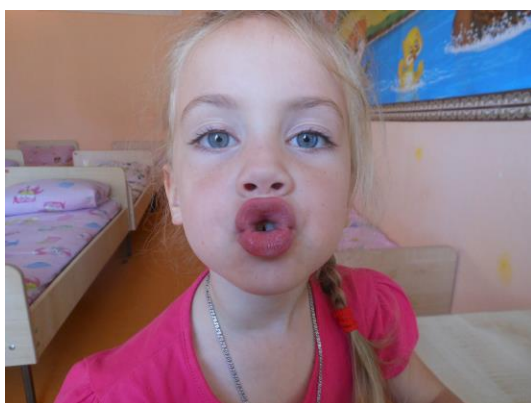
- обязательно следите, чтобы ребенок выполнял упражнения медленно, плавно и четко;
- статические положения языка надо удерживать 10-15 секунд, увеличивая время постепенно, начиная с 2-3 секунд;
- обязательно хвалите ребенка и не показывайте своего разочарования, если у него что-то не получается. Даже малейший успех в выполнении упражнения- это уже результат;
- дайте ребенку возможность отдохнуть, если движения в процессе выполнения становятся неточными. Лучше выполнять упражнения правильно «маленькими дозами»;
- проводить артикуляционную гимнастику лучше в игровой форме. Для поддержания интереса к выполнению упражнений можно использовать различные стихотворные сопровождения для каждого вида упражнений.

### Гимнастика губ и щёк

1. Надувание обеих щек одновременно.
2. Надувание правой и левой щек попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую).
3. Втягивание щек в ротовую полость между зубами, губы вытянуты вперед.



4. Попеременное надувание и втягивание щек.
5. Улыбка: губы при сжатых челюстях сильно растягиваются в стороны, вверх, вниз, обнажая оба ряда зубов, плотно прижимаясь к деснам, а затем вновь спокойно смыкаются.
6. Хоботок – улыбка.



## Примерный комплекс упражнений для выработки артикуляционных укладов звуков.

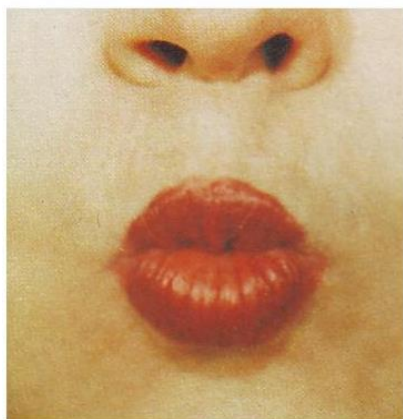
«Заборчик»



Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.

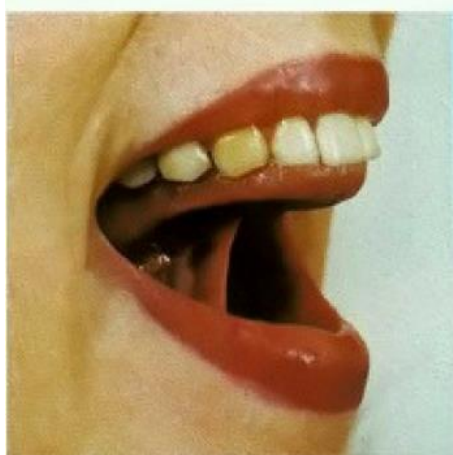


### «Хоботок»



Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении 5-7 секунд.

### «Грибок»



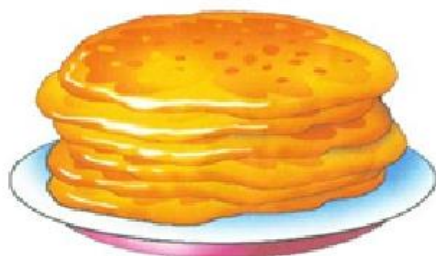
Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба. а подъязычная связка - ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы в улыбке.

### «Чашечка»



Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки.

«Блинчик»



Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы. «Парус».



Уважаемые, Родители, артикуляционных упражнений и техник их выполнения огромное количество. Каждому ребёнку нужен индивидуальный подбор упражнений. Прежде, чем начинать разучивать комплексы артикуляционной гимнастики необходимо получить консультацию, мастер-класс у учителя-логопеда.

Я, Зайцева Елена Вячеславовна, рада Вам помочь, консультативный приём родителей (законных представителей) обучающихся в группе компенсирующей направленности

по понедельникам с 15.00 до 16.30.