



Артикуляционная гимнастика

Гимнастика для языка.

Малыши прекрасно знают, что для того, чтобы стать сильными и ловкими, они должны каждое утро делать зарядку. Тренируя наше тело, мы учим его быть «послушным»: быстро бегать, высоко прыгать, ловить мяч и ставить на мостик.

Точно так же, мы можем научить и наш язычок правильно произносить слова, если будем каждый день его тренировать.

Зарядка для язычка или, как говорят логопеды, артикуляционная гимнастика, является обязательным условием для правильного развития речевого аппарата и чёткой постановки произношения отдельных звуков.

Ребёнок, который неправильно выговаривает отдельные звуки, с возрастом начинает отмечать, что его произношение отличается от произношения сверстников, начинает из-за этого страдать, что серьёзно отягощает его эмоционально-психическое состояние.

Ежедневные занятия артикуляционной гимнастикой уже через небольшой промежуток времени дадут желаемый результат. А если начать выполнять упражнения для язычка ещё до появления проблем, то их и вовсе можно избежать.

При помощи артикуляционной гимнастики малыши двух-четырёх лет быстро научатся правильно произносить даже самые сложные звуки, а дети пяти-шести лет – исправить уже сформировавшиеся нарушения.

Очень важно, чтобы ребёнок во время артикуляционной гимнастики мог контролировать движения своего язычка. Для этого необходимо проводить занятия напротив зеркала. Зрительное восприятие положения языка позволит быстрее освоить все упражнения, почувствовать то, что видят глаза.

Некоторые упражнения артикуляционной гимнастики могут вызвать сложности и у взрослого. Но уже через несколько занятий даже малыш сможет их освоить.

Заниматься артикуляционной гимнастикой следует каждый день 5-7 минут.

Упражнение 1. «Форточка». Когда на улице жарко, мы широко открываем форточку – ребёнок открывает рот как можно шире. Когда на улице холодно, мы плотно закрываем форточку – ребёнок старается сомкнуть губы как можно плотнее.

Упражнение 2. «Чистим зубки». Ребёнок открывает рот, улыбается, стараясь показать все зубки. С внутренней стороны кончиком языка проводим поочередно по каждому зубу нижней челюсти и каждому зубу верхней челюсти.

Упражнение 3. «Месим тесто». Просим ребёнка растянуть губы в улыбке. Язык следует вытянуть вперёд, чтобы он разместился между губами. «Месим» язык губами – интенсивно произносим «пя-пя-пя», язык между губами. «Месим» язык зубами – аккуратно покусываем губами кончик языка.

Упражнение 4. «Чашечка». Просим ребёнка растянуть губы в улыбке и широко открыть рот. Язык следует высунуть вперёд и немного приподнять вверх его кончик, тем самым, придав ему форму чашки.

Упражнение 5. «Дудочка». Зубы и губы следует плотно сомкнуть. Потом, не разжимая зубы, надо постараться вытянуть губы в трубочку.

Упражнение 6. «Забор». Плотно сомкнуть зубы. Растянуть губы в улыбке, обнажив забор из белых ровных зубов.

Упражнение 7. «Маляр». Растянуть губы в улыбке, слегка приоткрыть рот. Представляем, что язык – это кисть маляра. Кончиком кисти (языка) раскрашиваем верхнее небо в любимый цвет малыша.

Упражнение 8. «За грибами». Сначала едем в лес на лошадке – языком прицокиваем в такт движению. Изображаем гриб, для этого кончиком языка прикасаемся к верхнему небу в центре, формируя ножку гриба, а верхнее небо будет его шляпкой.

Упражнение 9. «Кошечка потягивается». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Упереться кончиком языка в зубы нижней челюсти - "кошечка спит". Продолжая упираться кончиком языка в зубы, приподнять среднюю часть языка вверх – «кошечка потягивается».

Упражнение 10. «Ловим мышку». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Высовываем язык и произносим «а-а-а» - мышка выглянула из норки, потом осторожно прикусываем кончик языка – мышку схватили за хвостик.

Упражнение 11. «Лошадка». Приоткрыть рот и вытянуть губы в трубочку. В таком положении воспроизвести звук, который издаёт лошадка во время движения (поцокасть).

Упражнение 12. «Пароход». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. На выдохе произнести с напряжением долгое «Ы-ы-ы».

Упражнение 13. «Слоны на водопое». Изобразить хобот слона при помощи вытянутых в трубочку губ. Через трубочку «втягивать воду», причмокивая.

Упражнение 14. «Индюк». Быстро постучать языком по верхней губе, воспроизводя звук «ба-ба-ба».

Упражнение 15. «Где орешек?» Плотнo сомкнуть губы. Упереться кончиком языка по очереди то в одну, то в другую щёку, немного выпирая её, формируя «орешки».

Упражнение 16. «Качели». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Кончик языка спрятать за верхние зубы - качели полетели вверх, кончик языка спрятать за нижние зубы – качели полетели вниз.

Упражнение 17. «Часики». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Переводить кончик языка из левого в правый уголок рта и обратно – «ти-так».

Упражнение 18. «Блинчик». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Поместить на нижнюю губу широкий язык.

Упражнение 19. «Вкусное варенье». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Облизать широким языком верхнюю губу.

Упражнение 20. «Воздушный шарик». Сомкнуть губы, надуть щёки – «шарик надули». Сдуть щёки – «шарик лопнул».

Упражнение 21. «Гармошка». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Поднять язык к нёбу. Не меняя положение языка, смыкать и размыкать губы, при этом зубы не смыкаются.

Упражнение 22. «Барабанная дробь». Растянуть губы в улыбке, приоткрыть рот. Постучать кончиком языка по внутренней стороне верхних зубов, воспроизводя "дэ-дэ-дэ".

Упражнение 23. «Парашют». Небольшой кусочек ватки положить на нос. Язык вытянуть вперёд и расплющить, прижать к верхней губе и слегка подуть, чтобы сдуть ватку с носа.

Упражнение 24. «Гол». Широкий язык разместить между губами. Из такого положения постараться «задуть» мяч в ворота, при этом щёки не следует надувать.