

# **Рекомендации для родителей по выполнению артикуляционной гимнастики**

**Подготовила учитель-логопед ГБОУ Школа № 1568  
Фортуна Инна Валентиновна**

## **НА ЗАМЕТКУ РОДИТЕЛЯМ**

Правильное звукопроизношение формируется у ребенка в основном к 5-6 годам. В период формирования речь каждого ребенка в фонетическом отношении в большей или меньшей степени страдает недостатками. При нормальных условиях развития речи дефекты произношения исправляются. Однако у многих детей самостоятельное фонетическое исправление все же не достигается, у них не развивается своевременно правильное произношение и косноязычие в дальнейшем не исчезает, а переходит в постоянный недостаток произношения. Недостаток речи в этих случаях выражается в неспособности правильно произносить или образовывать некоторые звуки или ряды звуков.

**Артикуляционная гимнастика** – самый важный этап в формировании правильного звукопроизношения.

**Цель артикуляционной гимнастики** – выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

**При выполнении артикуляционной гимнастики рекомендуется соблюдать следующие требования:**

- использование зрительного контроля (все упражнения выполняются перед зеркалом);
- упражнение перед зеркалом родитель выполняет вместе с ребенком;
- упражнения выполняются неторопливо, плавно, ритмично, точно;
- чаще сравнивайте образец (действия взрослого) с рабочим вариантом (действиями ребенка);
- артикуляционная гимнастика выполняется каждый день по 10 – 15 минут (можно разделить на несколько приемов);
- дозировка количества повторений одного и того же упражнения должна быть строго индивидуальной (от 2 до 10-15 раз); *Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно!*
- выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки и руку ребенка, имитируя движения языка;
- наиболее эффективно выполнение артикуляционных упражнений под счёт, с хлопками, под музыку, а также в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями.

**ПОМНИТЕ:** хорошие плоды приносит только та работа, которая **выполняется с удовольствием**. Поэтому старайтесь сделать ваши занятия с ребёнком интересными и увлекательными. Поощряйте каждое правильное движение и будьте терпимы к его ошибкам. Не предлагайте слишком много упражнений за один раз. Если вы видите, что ребёнок устал и отвлекается, лучше отложите занятие.

**Комплекс упражнений,  
вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков  
С-СЬ-З-ЗЬ**

**1.«ЛЯГУШКА - ХОБОТОК»**



-Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.

«Вот понравится лягушкам,  
Тянем губы прямо к ушкам.  
Потяну и перестану  
И нисколько не устану»

-Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении на счет до пяти.

«Подражаю я слону.  
Губы хоботком тяну.  
А теперь их отпускаю  
И на место возвращаю»

**2. «НАКАЖЕМ НЕПОСЛУШНЫЙ ЯЗЫЧОК»**



Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его «пя-пя-пя».

**3.«КИСКА СЕРДИТСЯ»**



Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз» - выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

«На скамейке у окошка  
Улеглась и дремлет кошка.  
Кошка глазки открывает,  
Кошка спинку выгибает»

#### 4. «УПРЯМЫЙ ОСЛИК»



Губы в улыбке, рот приоткрыть.

С силой произносить звукосочетание ИЕ.

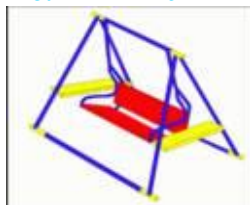
Кончик языка при этом упирается в нижние зубы.

#### 5. «ЧИСТИМ НИЖНИЕ ЗУБЫ»



Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны, делая движения вправо – влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

#### 6. «КАЧЕЛИ»



Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз - два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

«На качелях я качаюсь

Вверх – вниз, вверх – вниз.

Я все выше поднимаюсь,

А потом - вниз»

#### 7. «ПОСЧИТАЙ НИЖНИЕ ЗУБКИ»



Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый нижний зуб с внутренней стороны. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

«С языком случилось что – то,

Он толкает зубы!

Будто хочет их за что – то

Вытолкнуть за губы»

#### 8. «КТО ДАЛЬШЕ ЗАГОНИТ МЯЧ»



Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. И, как бы произнося длительно звук [ф], сдуть ватный шарик на противоположный край стола. (Упражнение учит направлять воздушную струю по середине языка)

**Комплекс упражнений,  
вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков  
Ш-Ж-Ч-Щ**

**1. «ЛЯГУШКА - ХОБОТОК»**



-Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.

«Вот понравится лягушкам,  
Тянем губы прямо к ушкам.  
Потяну и перестану  
И нисколько не устану»

-Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении на счет до пяти.

«Подражаю я слону.  
Губы хоботком тяну.  
А теперь их отпускаю  
И на место возвращаю»

**2. «ЛОПАТОЧКА»**



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

«Язык лопаткой положи  
И под счет его держи:  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Язык надо расслаблять!»

**3. «ЧАШЕЧКА»**



Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуты в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

«Язык широкий положи,  
А края приподними,  
Получилась чашка,  
Кругленькая чашка»

#### 4. «БУБЛИК»



Выполнить упражнение «Хоботок».

Затем округлить губы так, чтобы были видны зубы. Следить, чтобы зубы были сомкнуты. Удерживать губы в таком положении на счет до пяти.

#### 5. «ФОКУС»



Положить на самый кончик носа маленький кусочек ватки. Язык в форме чашечки плотно примыкает к верхней губе. Нужно сдуть ватку с кончика носа.

#### 6. «ЛОШАДКА»



Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошади. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострен. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

#### 8. «МАЛЯР»



Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

#### 9. «ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»



Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизать верхнюю губу сверху вниз, слева направо (можно помазать её вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой)

#### 10. «ГРИБОК»



Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – нока. Кончик языка не должен подворачиваться, губы в улыбке.

#### 11. «ГАРМОШКА»



Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.

## Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков Л - Ль

### 1.«ЛЯГУШКА - ХОБОТОК»



-Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.

«Вот понравится лягушкам,  
Тянем губы прямо к ушкам.  
Потяну и перестану  
И нисколько не устану»

-Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении на счет до пяти.

«Подражаю я слону.  
Губы хоботком тяну.  
А теперь их отпускаю  
И на место возвращаю»

### 2. «ЛОПАТОЧКА»



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

### 3. «НАКАЖЕМ НЕПОСЛУШНЫЙ ЯЗЫЧОК»



Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его «пя-пя-пя».

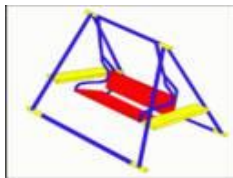
### 4. «ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»



Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизать верхнюю губу сверху вниз и слева направо (можно помазать её вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой)



### 5. «КАЧЕЛИ»



Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз - два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

«На качелях я качаюсь  
Вверх – вниз, вверх – вниз.  
Я все выше поднимаюсь,  
А потом - вниз»

### 6. «ПАРОХОД»



Приоткрыть рот и длительно на одном выдохе произносить звук Ы-Ы-Ы. Необходимо следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта.

### 7. «ИНДЮК»



Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения постепенно убыстрять, затем добавить голос, чтобы слышалось «бл-бл-бл». Следить, чтобы язык не сужался, он должен быть широким.

### 8. «МАЛЯР»



Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

### 9. «ЧИСТИМ ВЕРХНИЕ ЗУБЫ»



Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» верхние зубки с внутренней стороны, двигая языком вправо – влево.

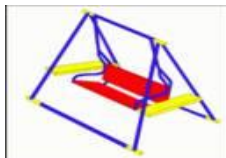
### 10. «ПОЙМАЕМ ЗВУК [Л]»



Улыбнуться. Во время произнесения звука [А] широкий кончик языка закусить зубами. Постепенно увеличивая темп движения, вы услышите звук [Л].

## Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков Р- РЬ

### 1. «КАЧЕЛИ»



Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз - два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

«На качелях я качаюсь  
Вверх – вниз, вверх – вниз.  
Я все выше поднимаюсь,  
А потом - вниз»

### 2. «МАЛЯР»



Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

### 3. «ПОСЧИТАЙ ВЕРХНИЕ ЗУБКИ»



Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый верхний зуб с внутренней стороны. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

«С языком случилось что – то,  
Он толкает зубы!  
Будто хочет их за что – то  
Вытолкнуть за губы»

### 4. «ЛОШАДКА»



Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошади. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострен. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

### 5. «ГРИБОК»



Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – ножка. Кончик языка не должен подворачиваться ( он должен быть присосан сразу за верхними резцами) , губы в улыбке.



## 6. «ГАРМОШКА»



Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.

«На гармошке я играю,  
Рот пошире открываю,  
К небу язычок прижму,  
Ниже челюсть отведу»

## 7. «БАРАБАН»



Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук Д-Д-Д. Язык при произнесении этого звука упирается в верхние зубы, рот не закрывать. Очень часто при выполнении этого упражнения ребенок закрывает рот. Чтобы этого не происходило, можно зажать зубами палочку шириной примерно 1см или ручку детской зубной щетки прямоугольной формы.

«В барабан мы сильно бьем  
И все вместе мы поем:

«Д –д -д- д!»

## 8. «КОМАРИК»



Улыбнуться, открыть рот. Поднять язык за верхние зубы; длительно произнести звук [З] (если ребенок умеет его правильно произносить). Если у ребенка закрывается рот при выполнении этого упражнения, можно воспользоваться механической помощью, как в упражнении «Барабан».

## 9. «МОТОРЧИК»



Во время длительного многократного произнесения звука Д-Д-Д быстрыми движениями плоской ручки чайной ложки или просто прямым указательным пальцем самого ребенка производить частые колебательные движения из стороны в сторону.

«Язычок у нас – мотор!  
Заводи его, шофер!»