

Артикуляционная гимнастика

Упражнения

для подвижности языка и губ.



1. Артикуляционной гимнастикой называются специальные упражнения для развития подвижности и ловкости языка, губ, щёк, уздечки.
2. В начальный период артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом.
Ребёнок должен видеть, что делает его язык.
3. Артикуляционную гимнастику нужно проводить в виде игры, сказки не дольше 5 – 7 минут.
4. Не огорчайтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза.
Попробуйте повторить их вместе с ребёнком ещё раз.
Будьте терпеливы, ласковы, спокойны, и у вас всё получится.
5. Не наказывайте ребёнка за неправильно выполненное упражнение.



*Улыбайся до ушей
Станет всем нам
веселей!
Зубки ровно ты
смыкай,
И заборчик получай!*



*Губки ты вперёд тяни,
Зубы на замке держи,
Ну-ка, трубочка играй,
Ты, Серёжа, не зевай.*



Упражнение 1. Улыбка - Трубочка

Улыбнуться без напряжения, показать верхние и нижние сомкнутые зубы. В уголке губ носогубная складка

Затем вытянуть губы вперёд трубочкой, не разжимая зубов.

Упражнение выполняется 5-6 раз.

*Следить, чтобы при улыбке ребёнок не подворачивал
внутрь верхнюю или нижнюю губу.*

*Следить, чтобы при выполнении "трубочки" не открывался
рот, зубы почти сомкнуты.*

При произнесении звука "у" - губы трубочкой.



*Медленно и не спеша
Открываем ворота,
Шире, шире, так держать!
И спокойно закрывать.
Вот улыбка до ушей,
Снова стало веселей.*

Упражнение 2. Ворота (окошко)

Открыть медленно, широко, спокойно рот, поддержать его открытым, затем закрыть. Язык лежит у нижних зубов, губы в улыбке.

Упражнение выполняется 5-6 раз.

*Следить, чтобы язык во рту лежал спокойно,
не оттягивался назад, кончик языка у передних зубов.*

При произнесении звука "а" -

губы и язык принимают нужное положение.



*Язычок гулять пошёл,
Молоточки он нашёл.
Молоточки застучали:
Та-та-та, та-та-та,
Язычок наш подковали.
Та-та-та, та-та-та.*

*Язычок наш отдыхает,
Ни куда не убегает,
Тихо, мирно он лежит,
Ни куда он не спешит.*



*Вот он губы повстречал,
И с губами поиграл:
Пя-пя-пя, пя-пя-пя,
Пя-пя-пя, пя-пя-пя.
Язычок наш отдохни,
И опять гулять пойдёшь.*



Упражнение 3. Язычок гуляет

Широкий язык поковать зубами: та-та-та 5 - 6 раз.
Удержать широкий язык в спокойном положении на нижней губе
Широкий язык пошлёпать губами: пя-пя-пя 5-6 раз.



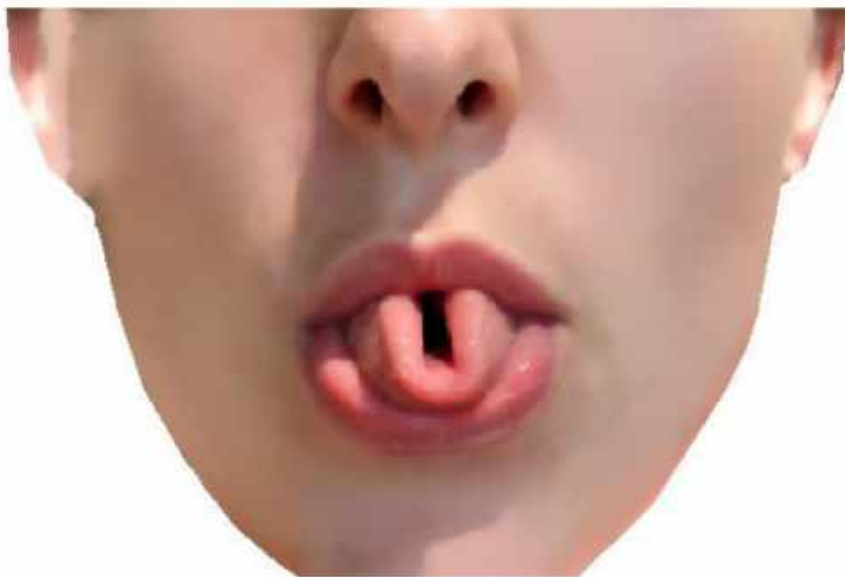
*Хвостик язычок поднял,
Губу верхнюю обнял.
Раз, два, три, четыре, пять.
Очень весело играть!*



*Ох, и вкусное варенье,
Жаль, осталось на губе!
Что тут долго рассуждать,
Губы надо облизать.*

Упражнение 4 Варенье.

Закрывать широким языком верхнюю губу и
поддерживать 5 - 7 сек
Затем имитировать слизывание варенья
с верхней и нижней губы 6-8 раз.



*В трубочку язык свернули,
И тихонечко подули.
Раз, два, три, четыре, пять,
Шесть, семь, восемь, девять, десять.
Всё! Отдыхай,
Язычок ты распрямляй.*

Упражнение 5 Трубочка языком

Свернуть язычок трубочкой (высунуть широкий язык, боковые края языка загнуть вверх) Если не получается, помогать рукой или чайной ложкой.

На кончик спокойного языка на губе можно подуть, не надувая щёк. Поднести руку: на тыльной стороне руки ощутить холодный ветерок.

Держать под счёт до 10 сек.



*Я по улице гулял,
И котёнка увидал.
Котёнок молоко лакает,
Язычок туда-сюда мелькает.
За котёнком повтори,
Ну ка, быстро, раз - два - три!*

Игра для языка. Котёнок лакает молоко.

Открыть рот, сделать 4 - 5 движений языком,
как бы лакая молоко.
Закрывать рот, отдохнуть.

Повторить упражнение 3 - 4 раза.



*Хвост налево, хвост направо,
Язычок туда, сюда.
Часики изображаем,
Очень весело играем.
Тик-так, тик-так!
Тик-так, вот так!*

Игра для языка. Часики (Маятник)

Открыть рот, губы растянуть в улыбке. Вытягиваем язык, напрягаем его. Острым кончиком языка касаемся то левого, то правого уголка губ. Следим, чтобы язычок двигался по воздуху, а не скользил по нижней губе.

Выполнить 6-8 движений языком.

Закрывать рот, отдохнуть и повторить игру 3 - 4 раза.



*Кончиком языка щёку протыкаю,
Орешки изображаю,
Рот я на замке держу,
Убежать орешкам не даю.
Вправо - влево, вправо - влево,
Вправо - влево, вправо - влево.*

Игра для языка: Орешки

Рот закрыт. Кончик языка с напряжением упирается то в одну, то в другую щёку, так, что бы под щекой надувались "твёрдые орешки".

Выполнить 6-8 движений языком, затем отдохнуть.

Повторить упражнение 3 - 4 раза.



*Язычок мы приподняли,
Губку мы пощекотали,
Вперёд-назад, вперёд-назад
Язычок был очень рад.
Всё быстрее, быстрее, быстрее,
Спой мне песенку скорей.
Бл-бл-бл-бл-бл-бл-бл-бл
Язычок не отрывай,
На губе играй, играй.*

*Индюка изобразили,
Отдохнуть с тобой решили.*

Игра для языка: Болтушка (Индюк)

Рот приоткрыт, губы в улыбке. Кончик языка слегка загнуть, как бы поглаживать губу. Широким передним краем языка выполнять движения по верхней губе вперёд-назад, стараясь не отрывать язык от губы. Сначала выполняем медленные движения, потом увыстраем темп и добовляем голос, пока не послышатся звуки бл-бл-бл.

Следить: чтобы язык не сужался, он должен быть широким; язык должен облизывать верхнюю губу, а не выдвигаться вперёд; верхняя губа не натягивалась на зубы, нижняя челюсть не двигалась.



*Начинаем мы концерт,
Будем песни с тобой петь.
Рот немного приоткрыли,
Язычок подняли вверх.
Бугорки мы отыскали,
Удивим сейчас мы всех.
Язычок о бугорки*

*ударяется,
Весь народ кругом
восхищается,
Песни разные поём,
И ничуть не устаём.
Ля-ля-ля-ля-ля-ля-ля,
Ли-ли-ли-ли-ли-ли-ли,
Ле-ле-ле-ле-ле-ле-ле,
Лю-лю-лю-лю-лю-лю.*



7. Песенка для языка.

Рот полуоткрыт, широкий язык поднимается вверх и ударяется о бугорки верхних зубов. Голосом произносится песенка языка.



*Язычок во рту сидел,
И гулять он не хотел.
К потолку наверх поднялся,
Затем вниз он отпускался.
Снова к потолку поднялся,
О опять он отпускался.
Как качели, вверх и вниз,
Крепче язычок держись.*



Упражнение Качели

- Улыбнуться, открыть рот.
- Широкий кончик язык поднять к верхним зубам,
- Отпустить к нижним зубам.

Повторить упражнение 6 - 8 раз.

*Следить, чтобы работал только язык,
а нижняя челюсть и губы оставались неподвижны.*



*Язычок порядок наводил,
Потолок покрасить он решил.
Глубоко назад сбежал,
Затем к зубам он подбежал,
И опять назад бежал,
Долго красил наш маляр.*



Упражнение Маляр

- Улыбнуться и широко открыть рот.
- Поднять кончик широкого языка к верхним зубам.
- Погладить им нёбо от зубов к горлу и обратно.

Повторить упражнение 3 - 4 раза.

*Следить, чтобы работал только язык,
а нижняя челюсть и губы оставались неподвижны.*

*Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней
поверхности верхних зубов, но не высовывался изо рта*



*Ворота мы открывали,
Язычок к себе позвали.
Язычок на цыпочки встал,
Крепко к потолку себя прижал,
Крепко-крепко прижимался,
Долго-долго не спускался.
Как грибочек он стоял,
И о чём-то всё мечтал.*

Упражнение Грибок



- Улыбнуться, широко открыть рот.
- Широкий язык присосать к нёбу, кончик языка у верхних зубов, чтобы подъязычная связка была натянута ("ножка гриба").
- Удерживать в таком положении 5 -10 секунд.



*Язычок мы приподняли,
Цокать язычком мы стали.
Цок-цок-цок, цок-цок- цок
Сколько у лошадки ног?
Всё быстрее, быстрее, быстрее,
Цокай, цокай веселей.*

Упражнение Лошадка



- Улыбнуться, открыть рот.
- Пощёлкать кончиком языка, сначала медленно, потом быстрее.

*Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась,
работает только язык.*



Язычок за зубками

*что-то вытворяет,
Словно дятел долбит,
часто ударяет.*

Д-д-д, д-д-д, д-д-д, д-д-д.

А теперь, как пулемёт

застрочил,

Все врагов своих поразил.

Д-д.

Упражнение Дятел (Пулемёт)



- Улыбнуться, широко открыть рот.
- Широкий язык поднять вверх и ударят о бугорки верхних зубов, произносятся д-д-д.

Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, работает только язык.

Звук "д" нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя (подставить ко рту ладошку)



*Дальше мы играть продолжаем,
Барабан теперь изображаем.*

Бугорки нашли? Ударяем!

В барабан с тобою играем.

Да-да-да, да-да-да, да-да-да.

Звонко барабан наш играет,

Да-да-да, да-да-да повторяет.

Упражнение Барабан

- Улыбнуться, широко открыть рот.
- Широкий язык поднять вверх и ударят о бугорки верхних зубов, произносятся да-да-да

Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, работает только язык.

Звук "д" нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя (подставить ко рту ладошку)



*Язычок ремонт затевает,
В потолок он гвозди забивает.*

Д-д-д, д-д-д, д-д-д, д-д-д.

*Гвозди наши хороши,
Ты работай, не спеши.*

Д-д-д, д-д-д, д-д-д, д-д-д.

Упражнение Забиваем гвозди

- Улыбнуться, широко открыть рот.
- Широкий язык поднять вверх и ударят о бугорки верхних зубов, произнося д-д-д.

Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, работает только язык.

Звук "д" нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя (подставить ко рту ладошку)



*Язычок с утра проснулся,
Всем ребятам улыбнулся,
Улыбнулся, рот открыл,
Ничего он не забыл,
Кончик свой приподнимает,
Язычок он закругляет.
Нас на чай приглашает,
Чашку чая предлагает.*



Упражнение Чашечка

- Улыбнуться, открыть рот.
- Высунуть широкий язык и слегка приподнять кончик языка.

Если чашечка не получается, распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка.

Следить, чтобы при выполнении упражнения края языка находились у верхних зубов.



*Ждёт волшебная игра,
Отправляемся в моря.
Язычок приподнимаем,
Ничего не задеваем,
Раз, два, три, четыре, пять,
Начинаем мы играть.
Парус ветер надувает,
В море плавать помогает.*

Упражнение Парус

- Улыбнуться, широко открыть рот.
- Широкий язык поднять парусом за верхние зубы, но не прижимать к нёбу.
- Удерживать язык в течение 5-10 сек.

Отпустить язык и повторить упражнение 2 - 3 раза.



*Язычок с кошкой играл,
За ней движения все повторял.
Кошка спинку выгибала,
И сердита зафырчала.
Язычок за нижнии зубы зацепился,
Выгнуть спинку он решился.
От зубов не отрывался,
Очень крепко он держался.
Спинку выгнул, словно кошка,
И вернулся он в окошко.*



Упражнение Киска сердится

- Улыбнуться, открыть рот.
- Кончик языка упирается в нижние зубы.
- Широкий язык выгнуть горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы.
- Вернуться в исходное положение, кончик языка не должен отрываться от нижних зубов. Рот не закрывать.

повторить упражнение 2 - 3 раза.

Следить, чтобы кончик языка не отрывался от нижних зубов, губы и нижняя челюсть оставались неподвижны.