



при поддержке Правительства Вологодской области

Социальный марафон “Дорогами добра”



Информационный блокнот для специалиста “Артикуляционная гимнастика – основа правильного звукотворения”



Автономная некоммерческая организация
"Центр социальных инноваций "Вместе!"
Город Череповец
Тел 89315101615, e-mail:vmesteFPDZ@mail.ru
<https://vk.com/public179289388>

Артикуляционная гимнастика – основа правильного звукопроизношения

Каждый родитель желает своему ребенку красивой и правильной речи. Один из ее признаков — четкое и чистое звукопроизношение.

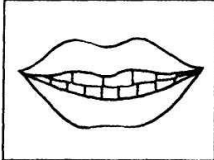
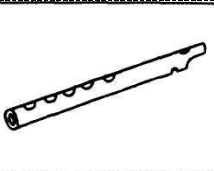
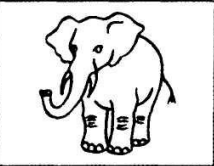
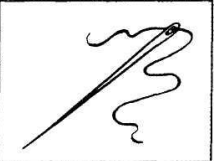
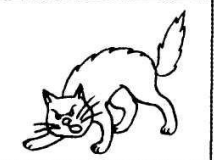
Для того, чтобы научить ребенка хорошему, качественному произношению, родителям стоит обратить внимание на артикуляционную гимнастику, ее упражнения можно выполнять в домашних условиях самостоятельно. При этом важно соблюдать требования к выполнению упражнений, чтобы не навредить речи ребенка.

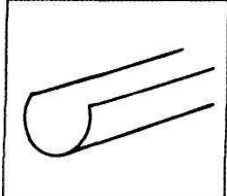
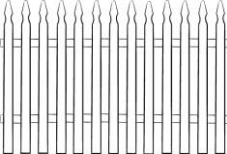
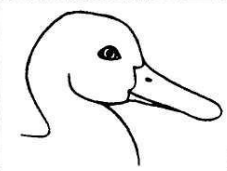
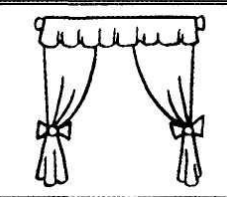
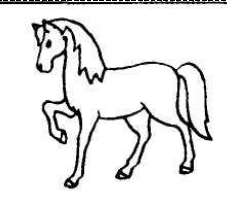
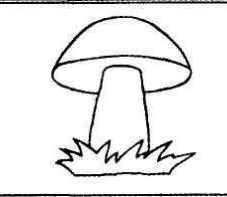
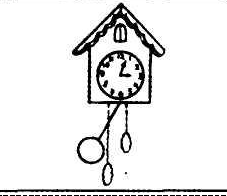
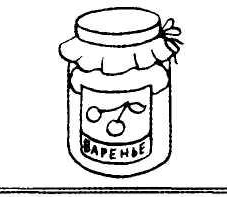
Артикуляционная гимнастика — это упражнения для тренировки языка, губ, щек и нижней челюсти. Именно эти органы отвечают за четкое и правильное произношение звуков и слов. Артикуляционные упражнения повышают подвижность органов речи, увеличивают силу их движений, а также помогают ребенку запомнить правильное положение языка и губ.

Знайте и соблюдайте правила проведения артикуляционной гимнастики

- ❖ Нельзя заставлять ребенка заниматься, ему должно быть интересно.
- ❖ Обязательно надо хвалить ребенка за успехи.
- ❖ Гимнастику не стоит проводить чаще 2-3 раз в день.
- ❖ Артикуляционный комплекс выполняется ежедневно, не дольше 10-12 минут.
- ❖ В занятии может быть 3-4 уже отработанных упражнения и одно новое.
- ❖ Для самых первых занятий не надо делать более 2-3 упражнений.
- ❖ Не нужно повторять артикуляционное движение более 5 раз за подход.
- ❖ Упражнения выполняются перед зеркалом.
- ❖ Взрослому надо стоять/сидеть за ребенком перед зеркалом или находиться напротив.
- ❖ Сначала упражнение делает взрослый, а ребенок за ним повторяет. Затем малыш выполняет его самостоятельно.
- ❖ Упражнения в комплексе даются от простого к сложному.
- ❖ Родитель контролирует правильность выполнения движений.

Примерный комплекс упражнений

Упражнение «Улыбочка»	Губы растянуты в виде улыбки, обнажая сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.	
Упражнение «Дудочка»	Губы сомкнуты и вытянуты вперед в виде трубочки. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.	
Упражнение «Хоботок»	Губы плотно сомкнуты и с напряжением вытянуты вперед до предела. Удерживать губы в таком положении следует 10 с.	
Упражнение «Лопаточка»	Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Верхняя губа приподнята.	
Упражнение «Иголочка»	Узкий кончик языка высунуть из полости рта, не прикасаясь им к губам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10.	
Упражнение «Сердитая кошечка»	Рот приоткрыт. Кончик языка упирается в нижние передние зубы, спинка языка приподнята. Боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10.	

Упражнение «Желобок»	Высунуть широкий язык из полости рта. Боковые края языка загнуть вверх. Плавно подуть на кончик языка. Выполнять упражнение следует 3—4 раза по 5—7 с.	
Упражнение «Заборчик»	Зубы плотно сжаты. Губы находятся в положении улыбки. Упражнение выполнить 5—6 раз, продолжительность каждого упражнения 10—15 с.	
Упражнение «Утиный клювик»	Губы находятся в положении трубочки, затем щеки втягиваются в полость рта, а губы несколько расслабляются и могут производить смыкательные и размыкательные движения.	
Упражнение «Шторки»	Рот приоткрыт. Нижняя губа закрывает нижние зубы, а верхняя губа в этот момент открывает верхние зубы. Затем положение губ меняется: нижняя губа открывает нижние зубы, а верхняя губа закрывает верхние зубы. Упражнение выполнить 5—6 раз.	
Упражнение «Лошадка»	Присасывать кончик языка к нёбу. Темп пощелкивания должен меняться (медленно, быстрее, очень быстро). Упражнение способствует растяжению укороченной подъязычной связки. Упражнение выполнить 10—15 раз.	
Упражнение «Грибок»	Широко раскрыть полость рта. Присосать поверхность языка к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттянуть вниз нижнюю челюсть. Упражнение выполнить 5—6 раз.	
Упражнение «Дятел»	Рот широко раскрыт. Язык с силой ударяет в бугорки за верхними зубами, ребенок при этом с силой произносит звук Д, подражая стуку дятла: д-д-д-д-д. Упражнение проводится на протяжении 15 – 20 секунд.	
Упражнение «Часики»	Рот приоткрыт. Узкий язык движется от одного уголка рта к другому, стараясь не касаться губ. Упражнение проводится в медленном темпе под счет или сопровождается словами: тик – так, тик – так. Длительность выполнения упражнения – 20 сек.	
Упражнение «Качели»	Рот широко раскрыт. Кончик языка поднимается за верхние зубы на бугорки, а затем опускается вниз за нижние зубы. Упражнение повторить 15—20 раз.	
Упражнение «Вкусное варенье»	Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Упражнение повторить 5—6 раз.	
Упражнение «Утюжок»	Рот приоткрыт. Широким кончиком языка поглаживать бугорки, находящиеся за верхними зубами: назад-вперед. Упражнение проводить 20—25 раз.	