

Картотека

**«АРТИКУЛЯЦИОННАЯ
ГИМНАСТИКА»**

Методика проведения

Артикуляционная гимнастика проводится в группе воспитателями 2 раза в день (утром и после сна). Гимнастика проводится обязательно перед зеркалом. На начальных этапах разучивания упражнения обязательен показ педагога. Каждое упражнение повторяется по 3-5 раз. Помните, что детям очень трудно выполнять эти упражнения, поэтому лучше объединять их сюжетной линией («Сказка Веселого Язычка», «Мы обедаем», «В зоопарке» и т. д.). Статические упражнения выполняются под счет (от 5, постепенно увеличивая время выполнения, считая до 10). При разучивании комплекса, новое упражнение должно быть только одно. Все упражнения отрабатываются до полного автоматизма. Только после того, как у ребенка выработан самоконтроль за выполняемым упражнением, можно переходить к выполнению артикуляционных упражнений без зеркала. Определенный комплекс может проводиться в течение 1-2 недель. Каждый комплекс сочетает в себе статические и динамические упражнения и отвечает основному закону дидактики «От простого к сложному».

КОМПЛЕКСЫ АРТИКУЛЯЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Комплекс № 1

Упражнение «Улыбочка»

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Хоботок»

Упражнение «Настроение»

Упражнение для развития воздушной струи

Комплекс № 2

Упражнение «Улыбочка»

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Хоботок»

Упражнение «Настроение»

Упражнение «Сердитая кошечка»

Упражнение для развития воздушной струи

Комплекс № 3

Упражнение «Улыбочка» (с сомкнутыми губами)

Упражнение «Шторка»

Выработка воздушной струи, проходящей через нос (короткий вдох ртом, продолжительный выдох через нос)

Комплекс № 4

Упражнение «Улыбочка»

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Качели»

Упражнение «Почистить языком верхние зубы с внутренней стороны»

Комплекс № 5

Упражнение «Шторка»

Упражнение «Заборчик» (губы открывают и закрывают заборчик)

Упражнение для развития воздушной струи

Комплекс № 6

Упражнение «Заборчик»

Упражнение «Шторка»

Упражнение для развития силы голоса (громко-тихо)

Комплекс № 7

Упражнение «Вкусное варенье»

Упражнение «Качели»

Упражнение «Катание шарика»

Упражнение «Утиный клювик»

Упражнение «Дятел» (на звук д-д-д)

Комплекс № 8

Упражнение «Улыбочка»

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Сердитая кошечка»

Упражнение «Прятки»

Комплекс № 9

Упражнение «Настроение»

Упражнение «Прятки»

Упражнение на выработку длительности выдыхаемой струи

Комплекс № 10

Упражнение «Улыбочка»

Упражнение Лопаточка»

Упражнение «Желобок»

Упражнение «Заборчик»

Упражнение «Мясорубка»

Комплекс № 11

Упражнение « Улыбочка»

Упражнение «Лопаточка»

Упражнение «Сердитая кошечка»

Упражнение «Желобок»

Упражнение «Прятки»

Комплекс № 12

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Хоботок»

Упражнение «Чашечка»

Упражнение «Утиный клювик»

Упражнение «Лошадка»

Комплекс № 13

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Чашечка»

Упражнение «Грибок»

Упражнение «Маляр»

Упражнение «Катание шарика»

Комплекс № 14

Упражнение «Дудочка»

Упражнение «Дятел»

Упражнение «Утюжок»

Упражнение «Маляр»

Комплекс №15

Упражнение «Настроение»

Упражнение «Чашечка»

Упражнение «Лошадка»

Упражнение «Маляр»

Упражнение «Утюжок»

Комплекс № 16

Упражнение «Настроение»

Упражнение «Иголочка»

Упражнение «Парус»

Упражнение «Накажем непослушный язычок»

Упражнение «Качели»

Комплекс № 17

Упражнение «Настроение»

Упражнение «Лошадка»

Упражнение «Грибок»

Упражнение «Дятел»

Упражнение «Прогони комарика»

ОПИСАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ

1. Упражнение «Улыбочка»

Губы растянуты в виде улыбки, обнажая сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении следует 10-15 секунд.

2. Упражнение «Дудочка»

Губы сомкнуты и вытянуты в виде трубочки вперед. Удерживать губы в таком положении следует 10-15 секунд.

3. Упражнение «Хоботок»

Губы плотно сомкнуты и с напряжением вытянуты вперед до предела. Удерживать губы в таком положении следует 10 секунд.

4. Упражнение «Лопаточка»

Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу и удерживать под счет до 10. Верхняя губа приподнята, не прикасается к поверхности языка.

5. Упражнение «Иголочка»

Узкий кончик языка высунуть из полости рта, не прикасаясь к губам. Удерживать в таком положении под счет до 10.

6. 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.

7. 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 секунд.

8. Упражнение «Парус»

Рот широко раскрыть. Широкий кончик языка поставить за верхние зубы на бугорки, спинку языка немного прогнуть вперед. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение повторяется 2-3 раза.

9. Упражнение «Чашечка»

Рот широко раскрыть. Широкий кончик языка поднять вверх. Потянуть его к верхним зубам, но не касаться их. Боковые края языка прикасаются к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Выполнять 3-4 раза.

10. Упражнение «Заборчик»

Зубы плотно сжаты. Губы находятся в положении улыбки. Упражнение выполняется 5-6 раз, продолжительность каждого упражнения 10-15 секунд.

11. Упражнение «Утиный клювик»

Губы находятся в положении трубочки, затем щёки втягиваются в полость рта, а губы несколько расслабляются и могут производить смыкание и размыкание.

12. 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. Положение губ меняется 5-6 раз.

13. Упражнение «Лошадка»

Присосать кончик языка к нёбу. Пощелкивание должно изменять свой темп (медленно, быстрее, очень быстро). Выполнить 10-15 раз.

14. Упражнение «Грибок»

Широко раскрыть полость рта. Присосать поверхность языка к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттянуть вниз нижнюю челюсть. Упражнение выполнять 5-6 раз.

15. Упражнение «Маляр»

Широко раскрыть полость рта. Широким кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов до мягкого нёба и обратно. Упражнение проводится в медленном темпе 5-6 раз.

16. Упражнение «Дятел»

Широко раскрыть полость рта. Язык с силой ударяет в бугорки, находящиеся за верхними зубами; ребёнок при этом произносит звук «Д», подражая стуку дятла: д-д-д-д. Упражнение проводится 15-20 секунд.

17. Упражнение «Утюжок»

Рот приоткрыт. Широким кончиком языка поглаживаем бугорки, находящиеся за верхними зубами: то назад, то вперёд. Проводить 20-25 поглаживаний.

18. Упражнение «Прогони комарика» (дрожание кончика языка)

Верхняя и нижняя губы прикасаются к высунутому кончику языка. Сильная воздушная струя, направленная на кончик языка, приводит его в движение. Язык дрожит.

Это упражнение можно объяснить детям следующим образом: «Мальчик Ваня никогда не закрывал свой рот, не следил за своим язычком, который всегда выглядывал из ротика. Один раз сел ему на язычок комарик и хотел Ваню укусить. Но мальчик с силой подул на кончик язычка, язычок задрожал. Комарику это очень не понравилось, и он улетел в лес».

19. Упражнение «Накажем непослушный язычок»

Губы в положении улыбки. Покусать кончик языка 8-10 раз.

20. Упражнение «Качели»

Широко раскрыть полость рта. Кончик языка поднимается за верхние зубы на бугорки, а затем опускается вниз за нижние зубы.

Чередование повторяется 15-20 раз.

21. Упражнение «Катание шарика»

Губы сомкнуты. Напряженный кончик языка движется между губами и зубами, делая круговые движения как бы вокруг губ, но с внутренней стороны рта. Движения выполняются сначала в одном направлении (по часовой стрелке) – 5-6 кругов; затем в другом направлении (против часовой стрелки) – 5-6 кругов. Скорость движения языка можно менять.

22. Упражнение «Часики»

Рот приоткрыт. Узкий язык движется от одного уголка рта к другому, стараясь не касаться губ.

Упражнение проводится в медленном темпе под счет педагога или сопровождается словами: тик - так, тик - так, тик - так... Длительность выполнения 20 секунд.

23. Упражнение «Мясорубка»

Губы в положении улыбки. Зубы плотно сжаты. Кончик языка проталкиваем между сжатыми зубами. Язык становится широким и тонким. Выдвигаем его вперед до предела. Упражнение повторяется 3-4 раза.

24. Упражнение «Прятки»

Рот широко раскрыт. Зубы разомкнуты. Кончик языка упирается за нижние зубы. Спинка языка приподнимается и «выглядывает» из-за нижних зубов. Затем спинка языка опускается вниз, «прячется». Кончик языка при этом остается на прежнем месте. Упражнение выполняется до 10 раз.

25. Упражнение «Вкусное варенье»

Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Повторить упражнение 5-6 раз.

26. Упражнение «Змейка»

Полость рта раскрыта. Язык сильно высунуть вперед, напрячь и сделать узким. Узкий язык максимально выдвинуть вперед и убрать вглубь рта.

Движения языка производятся в медленном темпе и выполняются 5-6 раз.

27. Упражнение «Настроение»

Губы растянуты в улыбке. Зубы заборчиком. Эта часть упражнения олицетворяет хорошее настроение (помогает мимика).

Затем губы принимают положение трубочки. Зубы находятся в прежнем положении. Мимика помогает ребёнку принять рассерженный вид.

Упражнение повторяется 5 раз и заканчивается улыбкой, то есть хорошим настроением.