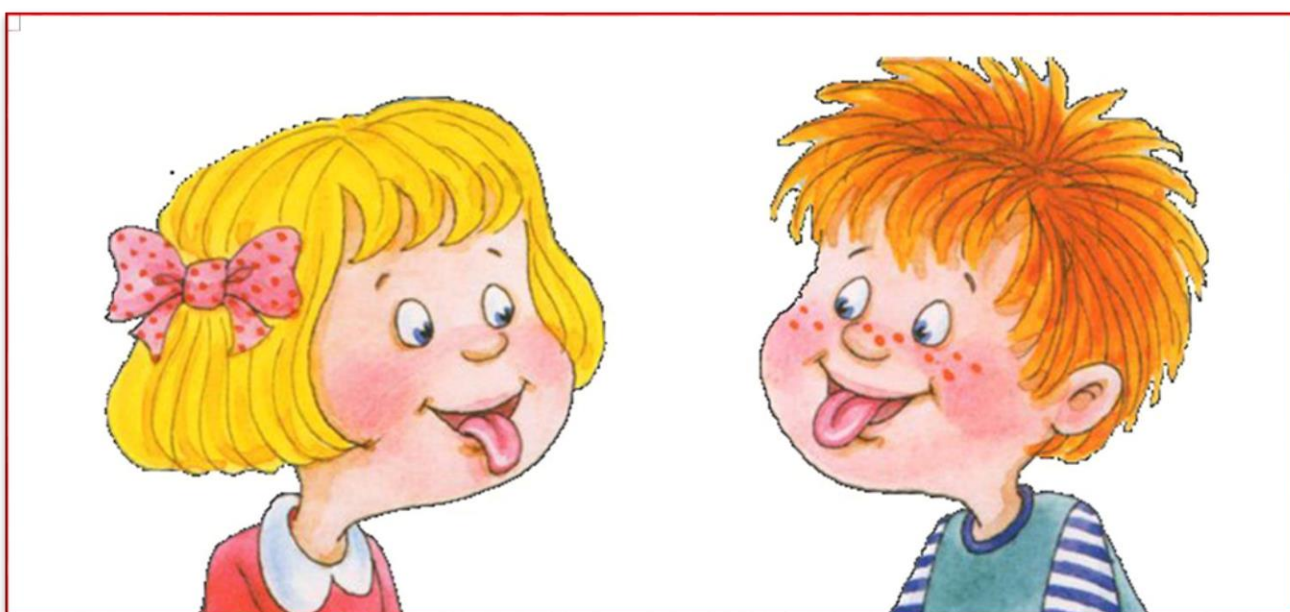


# ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ «БОЛТУНИШКА»

## АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



### **Содержание:**

Введение с. 2

Виды артикуляционной гимнастики с. 2

Рекомендации по проведению с. 2

Артикуляционная гимнастика для свистящих звуков с. 3

Артикуляционная гимнастика для шипящих звуков с. 3

Артикуляционная гимнастика для сонорных звуков с. 4

Сказки для артикуляционной гимнастики с.4

## **ВВЕДЕНИЕ**

Произношение звуков речи – это сложный двигательный навык. Вы только задумайтесь, при разговоре необходимо согласовать взаимодействие языка, губ, гортани, легких. Уже с младенчества ребенок продельывает массу разнообразных артикуляторно-мимических движений языком, губами, челюстью. Такие движения являются первым этапом в развитии речи ребенка и играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе. Внятность и четкость речи зависят от развития мышц языка, челюсти, состояния зубов и носоглотки. Наиболее активно участвует в образовании слов язык. От его положения, от того, какую форму он принимает, зависит правильное произношение большинства звуков русского языка. Артикуляционные упражнения для детей с нарушениями звукопроизношения – это необходимость. Они подготавливают речевой аппарат ребенка к постановке звуков. Выработка подвижности речевого аппарата – это посильная работа для каждого родителя!

## **ВИДЫ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ**

1. Пассивная, при которой направление правильного движения речевому аппарату малыша задает взрослый. В данном случае специалист, который занимается с ребенком, может помогать ему физически. Например, поправляя неправильное положение языка и губ либо ложкой, либо чистыми руками, либо специальным шпателем. То же может делать и мама по рекомендации логопеда.
2. Активная, при которой ребенок совершенно самостоятельно, без существенной помощи взрослого, делает упражнения.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ**

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.

2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

7. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

Артикуляционная гимнастика для подготовки артикуляционного аппарата к постановке свистящих звуков С-С', З-З', Ц			
Картинка	Название упражнения	Описание	Количество повторений
	«Хоботок-заборчик»	Чередуем вытягивание губ вперед (хоботком) и улыбку с зубками (заборчик)	Под счёт «раз-два» (всего 16 счетов)
	«Месим тесто»	«Давай покажем, как готовят тесто для блинов и пирогов: улыбнись, открой рот и покусай язык зубками». Потихоньку тянем язык вперед, затем возвращаемся назад в ротик.	5 раз вперед и 5 раз назад
	«Лопаточка»	Рот открыть. Положить широкий, расслабленный язык на нижнюю губу.	Удерживать в спокойном положении в течение 10 секунд
	«Качели»	Широко открыть рот. Кончик языка касается то верхней губы, то нижней.	Под счёт «раз-два» (16 счетов)
	«Почистим нижние зубки»	Рот широко открыт. «Почистить» кончиком языка нижние зубы с внутренней стороны (передние, боковые) и с внешней.	_____
	«Накажем непослушный язычок»	Положить широкий язык между губами и «пошлёпать» его, произнося «Пя-пя-пя»	5 раз вперед и 5 раз назад
	«Горка»	Рот широко открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы. Спинка языка приподнята, выгибается.	Удерживать в течение 10 секунд
	«Конфета»	Губы сомкнуты. Напряжённым языком упираться то в одну щёку, то в другую.	Под счёт «раз-два» (всего 16 счетов)

Артикуляционная гимнастика для подготовки артикуляционного аппарата к постановке шипящих звуков Ш, Ж, Ч, Щ			
Картинка	Название упражнения	Описание	Количество повторений
	«Хоботок-заборчик»	Чередуем вытягивание губ вперед (хоботком) и улыбку с зубками (заборчик)	Под счёт «раз-два» (всего 16 счетов)
	«Чашечка»	Открыть рот. Широкий расслабленный язык поднять к верхней губе. Прогнуть среднюю часть языка, загнув сверху боковые края.	Удерживать в течение 10 секунд
	«Варенье»	Рот приоткрыт. Широким языком облизывать верхнюю губу.	Облизать 7 раз
	«Лошадка»	Улыбнуться, показать зубы. Приоткрыть рот и присосать язык к нёбу. Пощёлкать кончиком языка (как лошадка). Нижняя челюсть неподвижна.	10-15 раз
	«Грибок»	Улыбнуться, приоткрыть рот. Присосать широкий язык всей плоскостью к нёбу и открыть рот по шире.	Удерживать в течение 10 секунд
	«Парашютик»	На кончик носа положить вату. Широким языком в форме «Чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх.	6 раз
	«Маляр»	Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперед-назад.	5 раз вперед и 5 раз назад
	«Месим тесто»	«Давай покажем, как готовят тесто для блинов и пирогов: улыбнись, открой рот и покусай язык зубками». Потихоньку тянем язык вперед, затем возвращаемся назад в ротик.	5 раз вперед и 5 раз назад

Артикуляционная гимнастика для подготовки артикуляционного аппарата к постановке сонорных звуков Л-Л', Р-Р'			
Картинка	Название упражнения	Описание	Количество повторений
	«Хоботок-заборчик»	Чередуем вытягивание губ вперёд (хоботком) и улыбку с зубками (заборчик)	Под счёт «раз-два» (всего 16 счетов)
	«Маляр»	Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперёд-назад.	5 раз вперёд и 5 раз назад
	«Пароход»	Губы в улыбке. Рот открыт. С напряжением произнести долгое «ЫЫЫЫЫ».	Два раза в течение 5 секунд
	«Грибок»	Улыбнуться, приоткрыть рот. Присосать широкий язык всей плоскостью к нёбу и открыть рот по шире.	Удерживать в течение 10 секунд
	«Чашечка»	Открыть рот. Широкий расслабленный язык поднять к верхней губе. Прогнуть среднюю часть языка, загнув кверху боковые края.	Удерживать в течение 10 секунд
	«Почистим верхние зубки»	Рот широко открыт. «Почистить» кончиком языка верхние зубы с внутренней стороны (передние, боковые) и с внешней.	—
	«Лошадка»	Улыбнуться, показать зубы. Приоткрыть рот и присосать язык к нёбу. Пощёлкать кончиком языка (как лошадка). Нижняя челюсть неподвижна.	10-15 раз
	«Варенье»	Рот приоткрыт. Широким языком облизывать верхнюю губу.	Облизать 7 раз
	«Барабан»	Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчётливо произносить «Д-д-д». Язык упирается в верхние зубы, рот не должен закрываться.	3-5 раз

## СКАЗКИ И ВЕСЕЛОМ ЯЗЫЧКЕ

### Знакомство

\* Жил-был Язычок, очень грустный Язычок. Да и откуда взяться веселью, если у него не было своего дома? Язычку ничего другого не оставалось, как жить на улице, а там осенью дождь, зимой снег и летом дни холодные случаются. Плохо было Язычку, он часто простужался и подолгу болел. Но в один прекрасный день Язычок нашёл себе дом. Какой? Рот. Обрадовался Язычок и решил привести свой новый дом в полный порядок. Дом должен быть крепостью, поэтому Язычок установил две двери: первая дверь - губы, вторая дверь - зубы.

В новом доме Язычка не было окон, зато были стены, правда, очень странные. Они могли раздуваться, как шарики. Как они называются? Щёки.

А потолок был твёрдым и назывался нёбо. Нёбо неровное и напоминает купол. Передняя часть потолка-нёба заканчивается маленькими бугорками. Это альвеолы. Они расположены за верхними зубами.

Язычку очень понравилось его новое жилище.

\*

В одном домике, дружок,  
Живет Веселый Язычок,  
Ох, и шустрый он  
мальчишка  
И немного шалунишка.  
Приоткрыл Язык окно,  
А на улице тепло.  
Язычок наш потянулся,  
Широко нам улыбнулся.  
Распластался, как лопатка,  
Полежал на губе  
И опять ушел к себе.

Затем он решил попить чаю из чашечки. Поел вкусно варенья, облизнулся. Решил Язычок отправиться на прогулку. Сел на свою лошадку и поскакал. Прискакал на полянку, а там грибы растут. Стал он их срывать: один гриб, второй, третий... И вдруг ему навстречу ползет змейка, она не злая, Язычок поиграл и с ней. Скачет он дальше. Видит - маляры красят кисточками дом. Язык превратился в кисточку и помог им. А около дома стояли качели. Язычок покачался на них вверх-вниз, вверх-вниз. Посмотрел он



на **часики**: тик-так, тик-так, пора домой тебе, чудак! По дороге домой Язычок познакомился с лягушкой и слоником. **Лягушка** научила его широко улыбаться: очень нравится ей тянуть ротик прямо к ушкам! Потянули, перестали, потянули, перестали и ни сколько не устали!

А **слоник** показал, как он играет с хоботком: Подражаю я слону -

Губы хоботком тяну.

Потянули, перестали,

Потянули, перестали

И нисколько не устали!

Скрылось солнце за горой,

Язычок пошел домой.

Дверь он запер на замок,

Лег в кроватку и умолк.

### **Приключения язычка**

Жил-был маленький Язычок. У него были друзья: лягушка и слоник. Давай и мы будем превращаться то в лягушку, то в слоника.

#### **Лягушка и слоник**

Раз – лягушка с толстым брюшком,

Два – большой и добрый слон.

Ежедневно на опушке,

Посадив ее в кадучку,

Как под душем, ту лягушку

Поливал из шланга он.

У Язычка была любимая кошечка. Когда киска сердилась, то выгибала спинку. Давай покажем, как киска сердилась и выгибала спинку.

#### **Киска сердится**

Выгляни в окошечко –

Там увидишь кошечку.

Кошка спинку выгнула.

Зашипела, прыгнула...

Рассердилась киска –

Не подходите близко!

Возле дома Язычка протекал веселый ручеек. Язычок решил сделать лодочку с парусом и отправить ее в плавание. Лодочка получилась очень красивая, с розовым парусом. Давай покажем, какой был парус у лодочки.

#### **Парус**

Лодочка под парусом по реке плывет,

На прогулку лодочка малышей везет.

Пустил Язычок лодочку в ручеек, а сам побежал по берегу, чтобы посмотреть, далеко ли она уплывет. Вдруг Язычок увидел маляра, который ярко-синей краской красил крышу дома. Давай покажем, как маляр крышу красил.

#### **Маляр**

Я сегодня утром встал

И поселок не узнал:

Каждый столб и каждый дом

Был покрашен маляром.

Если хочешь жить, как в сказке,

Позови на помощь краски!

Пока Язычок смотрел, как маляр забор красит, лодочка с парусом уплыла далеко-далеко. Бросился язычок догонять лодочку. Вдруг в траве что-то мелькнуло. Остановился Язычок посмотреть и увидел, что это гриб. Давай покажем, какой гриб увидел Язычок.

#### **Гриб**

Под березой у дорожки

Гриб растет на толстой ножке.

Мимо мы пройти не сможем,

Гриб в лукошко мы положим.

Насобирав Язычок полную корзинку грибов и вдруг слышит: кто-то стучит. Поднял голову вверх – а это дятел сидит на сосне и стучит по стволу клювом. Давай, изобразим, как стучит дятел.

### **Дятел**

Дятел на стволе сидит,  
Клювом по нему стучит.  
Стук да стук, стук да стук –  
Раздается громкий звук.

Послушал Язычок, как дятел стучит, и дальше пошел. Вдруг кто-то тонко запищал над его ухом, и Язычок почувствовал, что кто-то укусил его за брюшко. «Ах ты, злой, проворный комарик!» - закричал Язычок и стал ловить комара. Давай покажем, как звенел злой комар.

### **Комарик**

Прилетает по ночам,  
Не дает заснуть нам:  
Зло звенит, над ухом вьется,  
Только в руки не дается.

Не поймал Язычок комарики и грустный пошел дальше. Вдруг он услышал веселые звуки гармошки. «Интересно, кто это играет? Пойду, посмотрю!» - подумал Язычок и побежал на полянку.

Видит, заяц на пеньке сидит и на гармошке веселые песенки наигрывает. Давай и мы сыграем на гармошке.

### **Гармошка**

Ну-ка, рот пошире, крошки.  
Поиграем на гармошке!  
Язычок не отпускаем,  
Только ротик открываем.  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Нам нетрудно повторять!

Сыграл зайчик свою веселую песенку и говорит Язычку: «Помоги мне завести мотор в машине, а я тебе за это дам порулить!» И стал Язычок помогать зайцу мотор заводить. Давай и мы попробуем завести моторчик.

### **Заведи мотор**

По шоссе машина мчит.  
Во все стороны рычит.  
За рулем лихой шофер,  
«Дын-дын-дын» - гудит мотор.  
Ну, давай поможем зайке:  
Заведем скорей мотор.  
И до солнечной лужайки  
Довезет его шофер.  
По ухабам серый заяц –  
«Дын-дын-дын» - летит вперед,  
И успеет на лужайке  
Прополоть он огород.

### **Как Язычок лепил снеговика**

*Взрослый выполняет вместе с ребенком.*

Однажды в зимний день Язычок выглянул в окошко (*открывать и закрывать рот под счет до 5*) и очень удивился. Всё вокруг - и скамейки, и качели, и дорожки - было укрыто белым снегом (*высунуть широкий язык, положить на нижнюю губу и удерживать под счет до 5*).

Язычок надел теплую шубу, шапку повязал красный шарф и вышел на улицу. Он улыбнулся (*широко улыбнуться, показав зубы*), посмотрел вверх на солнышко (*поднять тонкий язык к верхней губе, удерживать под счет до 5*), потом вниз на снежок (*опустить язык к нижней губе и удерживать под счет до 5*) и решил слепить снеговика.

Сначала он скатал один снежный ком (*надуть левую щеку*), потом другой (*надуть правую щеку*) и, наконец, еще один, самый большой (*надуть обе щеки и удерживать*). У

Язычка замерзли руки. Он поднес их ко рту и стал согревать (*поднести ладони ко рту и тихо произносить: «Ха-ха-ха»*).

Когда снеговик был готов, Язычок посмотрел сначала наверх (*поднять язык к верхней губе*), потом вниз (*опустить язык к нижней губе*), по сторонам (*подвигать язык влево-вправо*) и призадумался: «Чего-то не хватает». Он достал из кармана две пуговицы и вставил снеговикам глазки (*зажмурить один глаз, потом - другой*), из морковки получился длинный нос (*высунуть язык и потянуть вперед*), из веток Язычок сделал снеговикам руки (*потянуть язык вправо, потом - влево*).

Вдруг из-за тучек выглянуло солнышко, и Язычок увидел, как снеговик ему подмигивает то одним глазком, то другим (*подмигнуть 5 раз правым глазом, а затем - левым*). Вот какого снеговика слепил Язычок!

### ***Наши домашние животные***

Летом наш Язычок отдыхал в деревне у своей бабушки. Там он научился изображать домашних животных, которые жили на скотном дворе.

1. Кошка лакает молоко — кончик широкого языка поднимаем вверх и заводим в глубь рта; совершаем глотательное движение (6 раз).

2. Собачка грызет косточку — слегка покусываем кончик языка (6 раз).

3. Лошадка цокает копытцем — щелкать язычком с широко открытым ртом, при этом нижняя челюсть остается неподвижной (10 раз).

4. Корова жует травку — имитация пережевывания пищи с закрытым ртом.

5. Свинья чавкает во время еды — имитация пережевывания пищи с открытым ртом.

6. Коза бодается — напряженный язык совершает толкательные движения то в левую, то в правую щеку (10 раз).

- Расскажи, какие животные живут у бабушки и зачем они ей?

Вспомни и назови животных, которых Язычок видел у своей бабушки

Издательство «Логопед-Фох»

Редактор журнала «Болтунщика»:

Учитель-логопед МБДОУ № 468

***Савицкая Н.Я.***