

## **Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики**

Подготовила учитель-логопед  
МАДОУ №25 Козьмина А.Л.

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Выполнять упражнения 5-7 минут. Не следует предлагать детям более 5 упражнений за раз.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. В комплексе должны присутствовать 2-3 упр. статических и 2-3 упр. динамических. Начинают гимнастику со статических упражнений, они выполняются по 10 секунд, далее переходят к динамическим.
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. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. (выполняется перед зеркалом)
6. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

### ***Упражнения для губ***

1. Улыбка. Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.
2. Хоботок (Трубочка). Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.
3. Заборчик. Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

### ***Упражнения для развития подвижности губ***

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.
2. Улыбка - Трубочка. Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.
3. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".

### ***Статические упражнения для языка***

1. Лопаточка. Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.
2. Чашечка. Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.
3. Иголочка. Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.
4. Грибок. Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

### ***Динамические упражнения для языка.***

1. Часики (Маятник). Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

2. Качели. Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.
3. Чистка зубов. Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.
4. Лошадка. Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.
5. Маляр. Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.
6. Вкусное варенье. Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.
7. Вкусное варенье. Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.

**«Примерный комплекс упражнений для выработки артикуляционных укладов»**

свистящие	шипящие			сонорные	
	Ш, Ж	Ч	Щ	Л, ЛЬ	Р, РЬ
С, СЬ, З, ЗЬ, Ц	Ш, Ж	Ч	Щ	Л, ЛЬ	Р, РЬ
Лопаточка, Блинчик	Лопаточка - Иголочка	Трубочка- Улыбка	Чашечка	Лопаточка	Качели
Заборчик	Качели	Кролик	Маляр	Накажи непослушный язычок	Маляр
Почисти зубки	Чашечка	Лошадка	Грибок	Качели	Лошадка
Горка	Лошадка	Вкусное варенье	Оближи губки	Вкусное варенье	Грибок
Часики	Грибок	Почисти зубки	Улыбка	Пощёлкай кончиком языка	Гармошка
Катушка	Рупор	Качели	Колечко - Улыбка	Индюк	Вкусное варенье
Качели	Вкусное варенье	Часики		Катушка	Барaban
Желобок	Фокус				Автомат

### ***Упражнения с крупной бусиной из пищевого силикона.***

Диаметр бусинки 2-3 см, длина веревки 60 см, веревка (силиконовая леска большого диаметра) продета через сквозное отверстие в бусинке и завязана на узел.

1. Двигать бусинку по горизонтально натянутой на пальцах обеих рук веревке языком вправо-влево.
2. Двигать бусинку по вертикально натянутой веревочке вверх (вниз бусинка падает произвольно).
3. Толкать языком бусинку вверх-вниз, веревка натянута горизонтально.
4. Язык - "чашечка", цель: поймать бусинку в "чашечку".
5. Ловить бусинку губами, с силой выталкивать, "выплюывая" ее.
6. Поймать бусинку губами. Сомкнуть, насколько это можно, губы и покатавать бусинку от щеки к щеке.
7. Рассказывать скороговорки с бусинкой во рту, держа руками веревочку.

*Примечание.* Во время работы взрослый удерживает веревку в руке. Бусинку с веревочкой после каждого занятия тщательно промывать. Бусинка должна быть строго индивидуальной.

### ***Комплекс артикуляционных упражнений с элементами биоэнергопластики.***

1. «Улыбка» - пальчики расставлены в стороны, как лучики солнышка. Под счет 1 –пальчики расправляются и удерживаются одновременно с улыбкой 5 сек., на счет 2 –ладонь сворачивается в кулак. И т.д.
2. «Хоботок» - ладонь собрана в щепоть, большой палец прижат к среднему.
3. «Блинчик» - широкий мягкий расслабленный язык лежит на нижней губе. В момент показывания «Блинчика» положить кисти рук на столе.
4. «Иголочка»- узкий напряженный язык высунут вперед. Все пальцы, кроме указательного пальца, собраны в кулак. Указательный палец выставляется вперед в момент высовывания «иголки». «Иголочка» убирается - указательный палец убирается в кулак.
5. «Футбол» - ладонь сжата в кулак, указательный палец выдвинут вперед, под счет кисть руки поворачивается вправо – влево.
6. «Часики»- движения языком вправо-влево. Все пальцы, кроме указательного пальца, собраны в кулак. Указательный палец выставлен вверх. Имитируется движения маятника часов – кисть руки с выставленным пальцем качается вправо –влево

7. *«Качели»*-движения языком вверх-вниз. Ладонь с сомкнутыми пальцами, тыльной стороной смотрят вниз – "качели" вниз; ладонь поднимается – «качели» вверх.
8. *Круговые движения языком*. Круговые движения кистью руки, пальцы в кулаке.
9. *«Лошадки»* - щелканье языком. Кисть руки на столе. Приподнимание и опускание пальцев.
10. *«Грибок»* - широкий плоский язык присасывается к твердому небу, боковые края прижаты к коренным зубам, уздечка натянута. Надавливания подушечками пальцев на поверхность стола в момент натягивания уздечки.
11. *«Чашечка»*-широкий язык в форме "чашечки" поднят кверху, края языка прижаты к верхней губе.  
Ладонь руки в форме "чашечки". "Чашечка" смотрит вверх
12. *«Накажем непослушный язык»* - покусывать широкий кончик языка.  
Постукивание ладошкой по столу.

### ***Комплекс артикуляционной гимнастики со шпателем.***

1. *«Папины усы»*. Удерживать шпатель языком на верхней губе, чередуя с упражнением *«Дедушкина борода»*. Удерживать шпатель языком на нижней губе.
2. *«Котенок»*. Логопед прикасается к верхней губе кончиком шпателя, ребенок должен широким передним краем языка дотронуться до предмета и убрать язычок обратно, логопед перемещает шпатель, ребенок опять до него дотрагивается и убирает язычок и так по кругу.
3. *«Сопrotивление»*. Ребенку предлагается удержать шпатель губами. Логопед может надавливать на шпатель сначала сверху, затем снизу, ребенок должен оказывать сопротивление.
4. *«Фокус»*. Ребенку предлагается удержать шпатель зубами, губы при этом вытянуты вперед. Логопед кладет на кончик шпателя маленькие игрушки, либо монетки, ребенок должен их не уронить.
5. *«Самолет»*. Кладем шпатель на широкий распластанный язык ребенку и предлагаем удержать ее.