

Артикуляционная гимнастика

«Зима»



Артикуляционные упражнения

«Бублик». Цель: развитие артикуляционной моторики. Зубы сомкнуть. Губы округлить и чуть вытянуть вперед так, чтобы верхние и нижние резцы были видны. Удерживать.

«Окошко» (Бегемотик). Цель: научить ребенка спокойно открывать и закрывать рот, удерживая губы в улыбке, развивать подвижность нижней челюсти. 1) Улыбнуться, показать зубы, открыть рот, сомкнуть зубы, удерживать рот открытым под счет до десяти. 2) Открывать и закрывать рот под счет 1, 2 : губы в улыбке, зубы видны.

«Шарик». Цель: укреплять мускулатуру щек. Развивать координацию движений и умение переключаться. Ребенок в спокойном темпе поочередно надует правую и левую щеки, как бы перегоняя воздух из одной щеки в другую.

«Заборчик» («Лягушка»). Цель: развивать умение удерживать зубы сжатыми; совершенствовать круговые мышцы губ. Зубы плотно сжаты, губы в положении улыбки. Выполнять 5-6 раз по 10-15 секунд.

«Прубочка» («Слоник»). Цель: укреплять круговую мышцу рта, развивать умение вытягивать вперед округленные губы. Зубы сомкнуты. Губы округлены и вытянуты вперед, как при звуке у.

«Лопата» («Блинчик»). Цель: развивать умение расслаблять мышцы языка и удерживать его в таком положении длительное время. Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу и удерживать под счет от 1 до 10.

«Иголочка». Цель: Выработать умение удерживать язык в напряженном состоянии, делая кончик языка «острым». Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу, чтобы он был «острым», как жало.

«Змейка». Цель: Развивать умение выдвигать язык изо рта, напрягая мышцы, а затем убирать язык, удерживая заданное положение. Рот широко открыть. Язык сильно высунуть вперед, напрячь, сделать узким (так, будто хотим поставить им точку). Узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать вглубь рта.

«Расческа». Цель: развитие артикуляционной моторики. Улыбнуться, закусить язык зубами. «Протаскивать» язык между зубами вперед-назад, как бы «причесывая» его.

«Катушка». Цель: вырабатывать умение поднимать боковые края языка, прогибать спинку языка, удерживая кончик языка у нижних зубов. Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в бугорки за нижними зубами, спинка языка выгибается, язык «выкатывается» вперед и убирается вглубь рта.

«Часики». Цель: укреплять мышцы языка, отрабатывать его подвижность. Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть острый язык как можно дальше вперед и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому: «Пик-так, тик-так». (10-12 раз). Прodelать упражнение 10-15 раз.

«Месим тесто». Цель: активизировать мышцы кончика языка. Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошепывая его губами, произносить звуки «пя-пя-пя...». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте 3 - 5 секунд.

«Орешки». Цель: развитие артикуляционной моторики. Рот закрыт, кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки, на щеках образуются твердые шарики - "орешки".

«Киска сердится» («Горка»). Цель: развивать подвижность мышц спинки языка. Рот приоткрыт, кончик языка упирается в нижние передние зубы, спинка языка приподнята, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении на счет от 1 до 10.

«Почистим зубки». Цель: активизировать кончик языка. Рот открыт. Губы в улыбке. Широком кончиком языка погладить нижние зубы, а затем верхние зубы. Следить, чтобы язык не сужался, останавливался у верхнего края зубов и не выходил за него, губы находились в положении улыбки, нижняя челюсть не двигалась.

«Парус». Цель: удерживать язык за верхними зубами. Укреплять мышцы языка. Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.

«Фокус». Цель: сформировать сильную правильно направленную воздушную струю. Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык в форме «чашечки» на верхнюю губу. Язык слегка сильнее высунуть вперед и плавно подуть на небольшой кусочек ваты, лежащий на кончике носа. Воздух при этом должен идти посередине языка и вата полетит вверх.

«Вкусное варенье». Цель: развивать движения широкого кончика языка в верхнем положении. Широком кончиком языка обнять верхнюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Выполнять 5-6 раз.

«Чашечка». Цель: упражнять в умении удерживать широкий язык в верхнем положении. Широко открыть рот. Широкий, распластанный язык положить на нижнюю губу (упражнение «Блинчик»). Передним и боковыми краями широкого языка потянуться к верхним зубам, но не дотрагиваться до них. Язык приобретает форму углубления – «чашечки». Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10.

«Качели». Цель: отработка умения быстро менять положение языка. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от 1 до 5. Так, поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.

«Маляр». Цель: отрабатывать движения языка вверх и его подвижность. Улыбнуться, открыть рот и погладить кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед- назад.

«Индюк». Цель: отработка подъёма языка вверх, развитие подвижности передней части языка. Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед- назад, стараясь не отрывать язык от губы – как бы поглаживая её. Сначала делать медленные движения, потом ускорить темп и добавить голос, пока не послышится «бл-бл» (как индюк).

«Пароход гудит». Цель: выработать подъем задней части спинки языка вверх. Выполнение: улыбнуться, зажать кончик языка между зубов, длительно произносить звук «ы», при этом слышится звук «л».

«Лошадка». Цель: отрабатывать подъем языка, подготавливать его к выработке вибрации, растягивать подъязычную связку (уздечку). Укреплять мышцы языка. Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).

«Грибок». Цель: вырабатывать подъем языка вверх, растягивать подъязычную связку. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к твердому небу, широко открыть рот (язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная связка – его ножку). Следить за тем, чтобы губы были в положении улыбки.

«Хомячок». Цель: развивать произвольные движения языка. Укреплять мускулатуру языка и щек. Описание: Язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд.

«Загнать мяч в ворота». Цель: научиться выпускать длительную направленную воздушную струю. Вытянуть губы вперед «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками. Следить, чтобы не надувались щеки, для этого можно их слегка придерживать пальцами. Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

«Гармошка». Цель: укрепление мышц языка, растягивание подъязычной связки. Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к небу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная уздечка). При повторении упражнения надо стараться открывать рот всё шире и всё дольше удерживать язык в верхнем положении.

«Барaban». Цель: вырабатывать подъем языка, умение делать кончик языка напряженным; развивать его подвижность. Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка постучать о нёбо за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук д-д-д. Сначала звук д произносить медленно, постепенно темп убыстрять.

«Дятел». Цель: Вырабатывать подъём языка, гибкость и подвижность кончика языка. Рот открыт. Губы в улыбке. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук д-д-д - сначала медленно, постепенно убыстрая темп.

«Обезьянка» Цель: отрабатывать движение языка вниз с одновременным выполнением более тонких движений. Укреплять мышцы языка. Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении не менее 5 секунд.

«Комарик». Цель: Вырабатывать умение удерживать язык за верхними зубами. Укреплять мышцы языка. Вырабатывать воздушную струю, идущую посередине языка. Рот открыт. Язык в форме «Чашечки» поднять вверх. 1) В таком положении языка длительно произносить звук з-з-з.

«Автомат». Цель: вырабатывать подъем языка, умение делать кончик языка напряженным; развивать его подвижность. Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка постучать о нёбо за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук т-т-т. Сначала звук т произносить медленно, постепенно темп убыстрять.

«Приклеить конфетку». Цель: укрепить мышцы языка и отработать подъем языка вверх. Положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфетки к нёбу за верхними зубами. Следить, чтобы работал только язык. Нижняя челюсть должна быть неподвижна. Рот открывать не шире чем на 1,5 - 2 см. 3 Если нижняя челюсть участвует в выполнении движения, можно поставить чистый указательный палец ребенка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот). 4 Выполнять упражнение надо в медленном темпе.

«Лягушка»



«Бублик»



«Слоник»



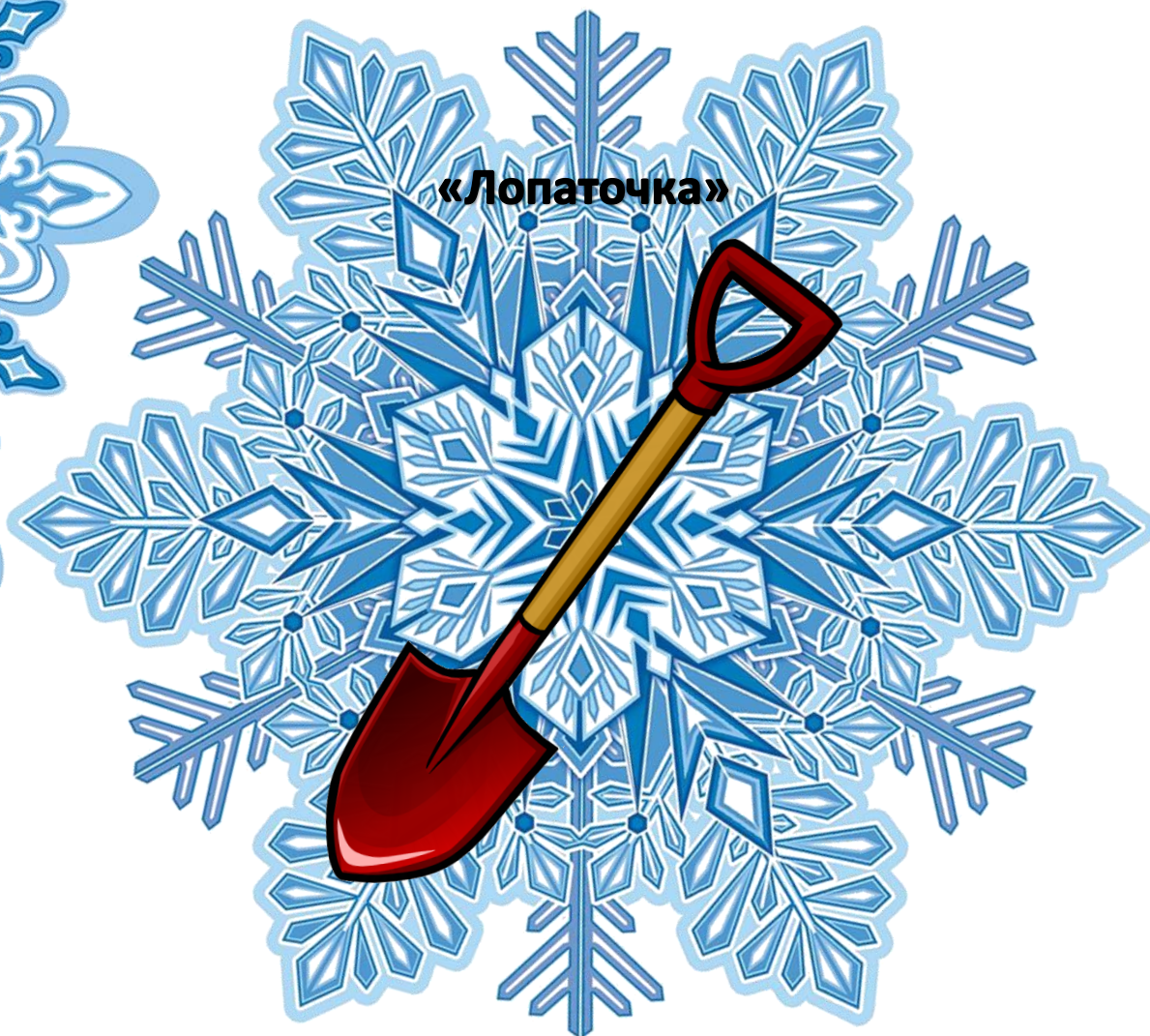
«Кошка сердится»



«Иголочка»



«Лопаточка»



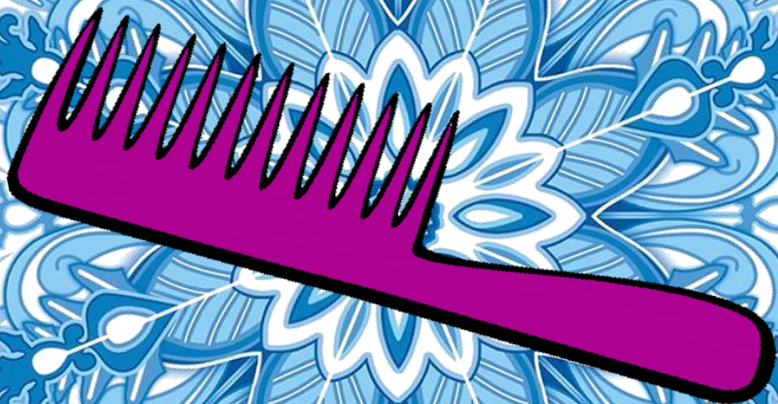
«Часики»



«Месим тесто»



«Расческа»



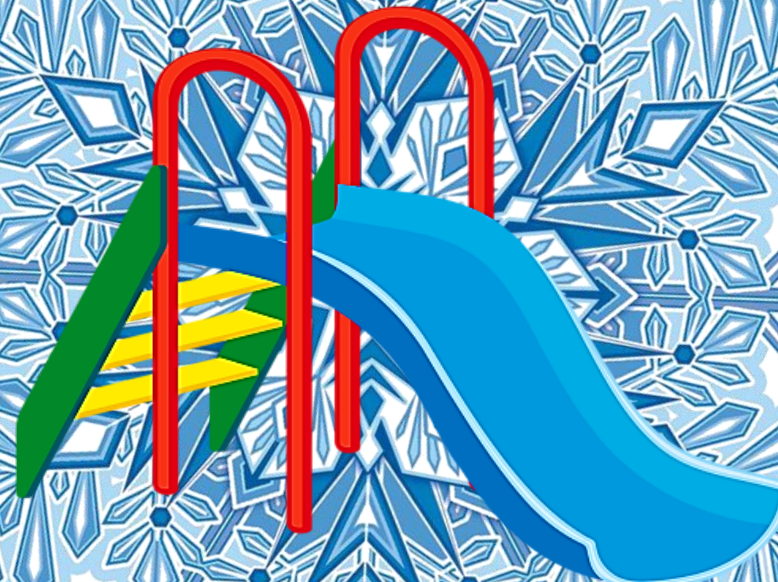
«Грибок»



«Качели»



«Горка»



«Дудочка»



«Чистим зубки»



«Вкусное варенье»



«Чашечка»



«Заборчик»



«Лошадка»



«Маляр»



«Барабан»



«Бегемотик»



«Дятел»



«Гармошка»



«Хомячок»



«Индюк»



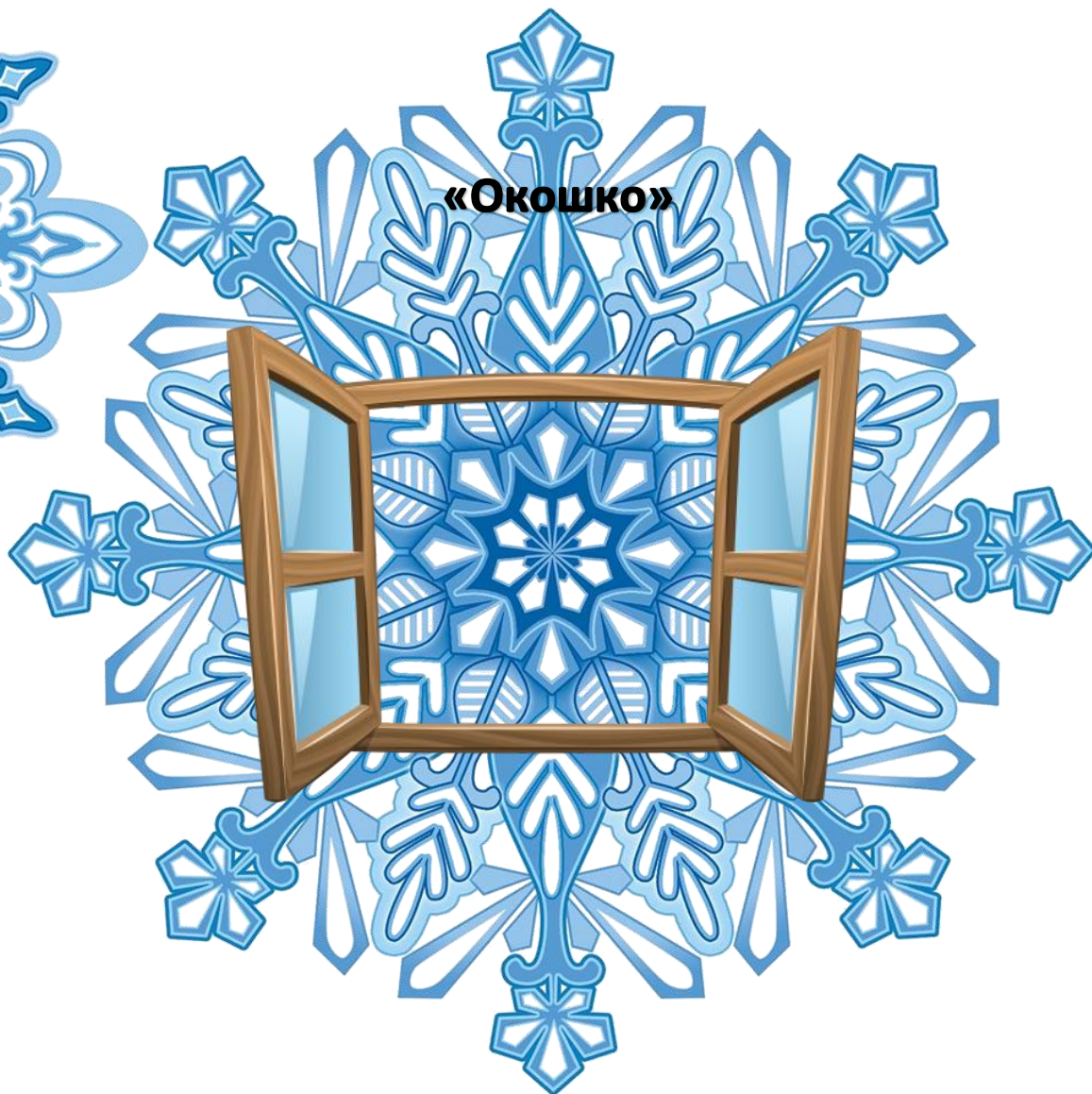
«Комарик»



«Парус»



«Окошко»



«Шарики»



«Орешки»



«Катушка»



«Пароход гудит»



«Змейка»



«Фокус»



«Автомат»



«Загнать мяч в ворота»



«Приклей конфетку»



«Обезьянка»

