

Упражнения для развития артикуляционной моторики.

Упражнения для развития артикуляционного праксиса (моторики) нужны для формирования правильных укладов речевых звуков, а также для тренировки переключаемости движений с одной позы на другую. От навыков овладения артикуляционными упражнениями напрямую зависит успешность постановки звуков и их автоматизации в свободной речи. Особенно важно следить за выполнением гимнастики, чтобы достигался нужный эффект расслабления или напряжения мышц артикуляционного аппарата.

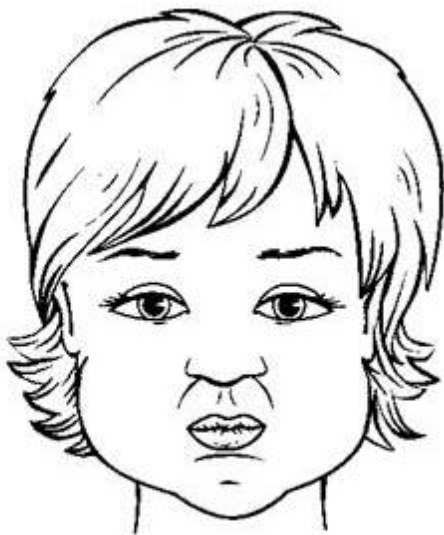
Упражнения проводятся в спокойной обстановке, без напряжения мышц тела, следите за ребенком, чтобы не создавались дополнительные движения руками или плечами, тренируются только мышцы артикуляции.

- Статические упражнения (хомячок, улыбка и др.) необходимо выполнять под счет от 5-10.
- Динамические на переключение (часики, качели, улыбка-хоботок и др.) выполняем по 3-5 раз.

Упражнения для щек

1. Хомячок

- Надуваем щеки вместе, чтобы чувствовалось напряжение, держим 5-10 сек. Сдуваем. Повторяем 3-5 раз.
- Поочередно надуваем щеки, сначала одну, потом другую. Если на первых этапах у ребенка не получается, то надуваем две и одну пальчиком сдуваем. Повторяем 3-5 раз.

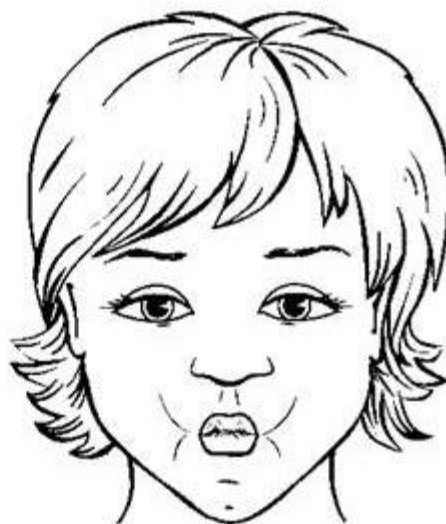
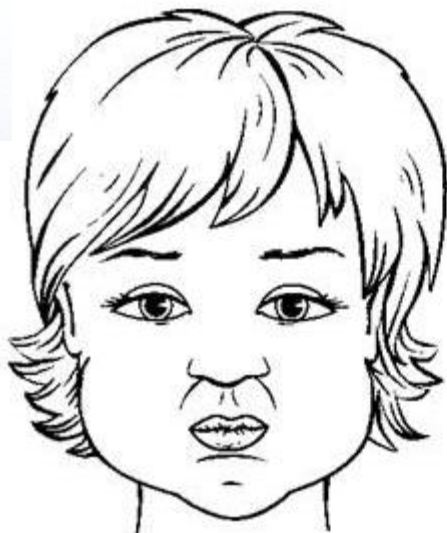


Хомячок надует щечки,
У него зерно в мешочках.
Мы надуем щечки тоже,
Хомячку сейчас поможем.



2. Хомячок и рыбка

– Поочередно надуваем щеки, затем втягиваем щеки, создаем вакуум



3. Футбол

Упираемся языком попеременно, то в одну, то в другую щеку. Также это упражнение называется спрячь конфетку. Повторяем 3-5 раз.



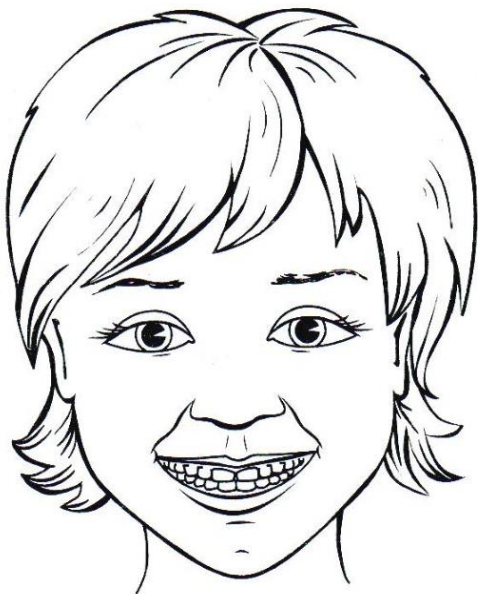
Во дворе народ толпится,
Там идет народный матч.
И вратарь наш, Генка Спицын,
Пропустить не должен мяч.



Упражнения для губ

1. Заборчик и улыбочка.

- **Улыбка с зубками** – Улыбнуться, чтобы видны были верхние и нижние зубы. Держим под счет от 5-10, повторяем 3-5 раз.
- **Улыбка** - Улыбнуться с напряжением, но не обнажая зубы.



**Улыбка
с зубками**

Наши губки улыбнулись,
Прямо к ушкам потянулись.
Ты попробуй «И-и-и» скажи,
Свою улыбку покажи.



Улыбка

Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к ушкам.
Мы потянем - перестанем
И нисколько не устанем.

2. Хоботок

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Держим под счет от 5-10, повторяем 3-5 раз.



В гости к нам пришел слоненок,
Удивительный ребенок.
На слоненка посмотри,
Губки хоботком тяни.



3. Улыбочка-хоботок

- Чередуем упражнение открытая улыбка (с зубами) – хоботок. Повторяем 3-5 раз.
- Чередуем упражнение закрытая улыбка (зубы не оголяем)– хоботок. Повторяем 3-5 раз.
- Произносим звуки И-У-И-У-И-У. Тренируем переключаемость движений с голосом. Следим, чтобы песенка была плавная, не прерывалась.



Поём песенку: И-У-И-У-И-У



Упражнения для челюстей

1. Окно

Тренируем держать рот открытым, закрытым, прикрытым.

Открыть рот. Язык спокойно лежит на дне ротовой полости. Держим под счет до 10.



Открываем ротик-дом,
Кто хозяин в доме том?
В нем хозяин – Язычок,
Он удобно на пол лег.



2. Заборчик

Тренируем умение ставить зубки на зубки образуя ровный заборчик. Держим под счет до 10.



Упражнения для языка

1. Лопатка (блинчик)

Открыть рот. Положить расслабленный язык на нижнюю губу, губу не поджимать! Держим под счет от 5-10, повторяем 3-5 раз. Если язык напрягается, то необходимо слегка постукивать по языку кончиком чайной ложки для расслабления.

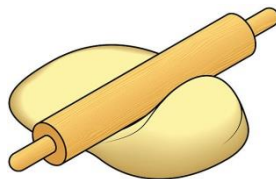


Утром рано мы встаем,
Вкусные блины печем.
Ручейком по сковородке
Тесто растекается...
Посмотри, какой красивый
Блинчик получается.



— **Месим тесто** — постучать расслабленными губами по языку со словами «Пя-пя-пя» без голоса.

Язычок твой – озорник,
Он не слушает тебя.
Накажи его скорее:

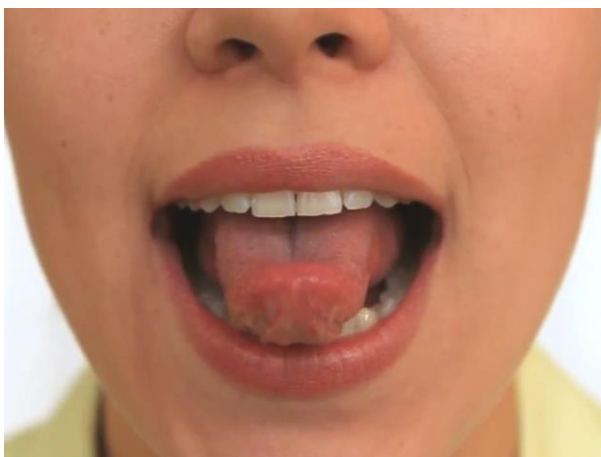


«Пя-пя, пя-пя, пя-пя-пя!»

— **Покусали язычок** — покусываем язычок по всей плоскости от корня до кончика.

2. Иголочка

Открываем рот, губы слегка в улыбке. Вытягиваем напряженный язык по средней линии. Язык тонкий, с выраженным кончиком. Держим под счет от 5-10, повторяем 3-5 раз. Язык не должен гулять, он должен удерживать позу. Если не получается по 5 сек, то начинаем с 1-2 сек. И постепенно увеличиваем время.

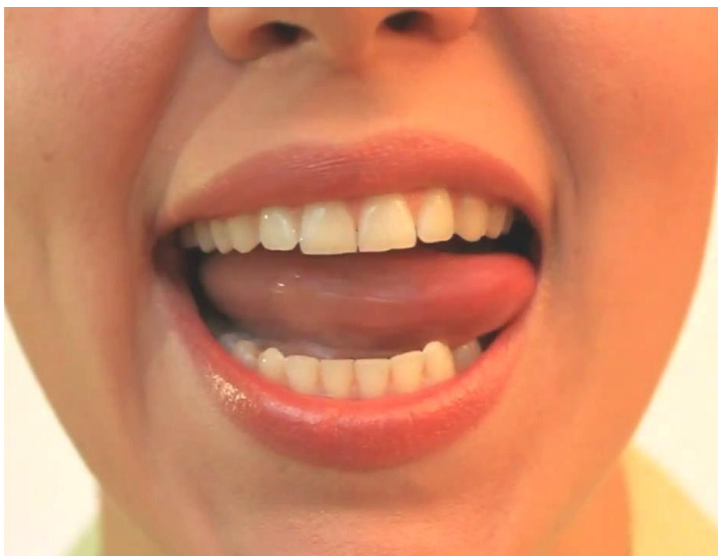


Улыбаюсь: вот шутник -
Узким-узким стал язык,
Меж зубами, как сучок,
Вылез длинный язычок.



3. Часики

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной. Язык как на упражнение «Иголочка» похож на стрелочку, тонкий, напряженный. Ходит из края к краю четко.

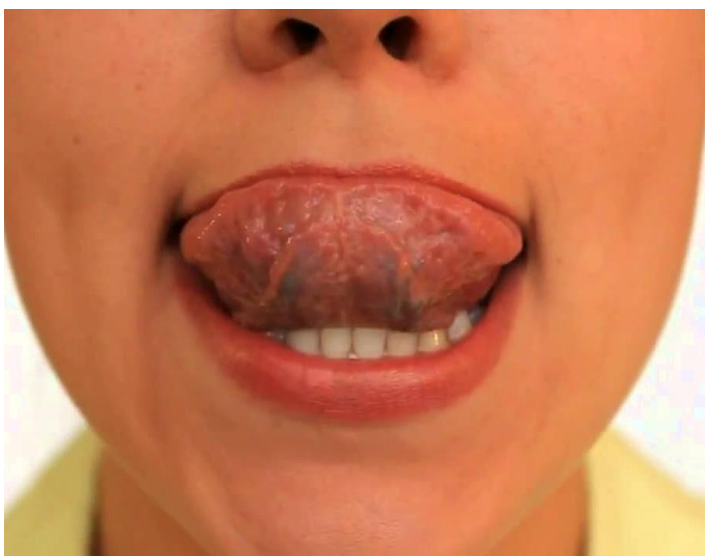


**Ходит маятник в часах:
Влево - тик, а вправо – так.
Ты сумеешь сделать так:
Тик и так, тик и так?**



4. Вкусное варенье

Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху – вниз (можно намазать ее вареньем или конфетой типа чупа-чупс). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой). + Сдуваем ватку с носа.



**Каждый раз по воскресеньям
Мы едим с тобой варенье.
Верхнюю губу вареньем
Мы намажем, а потом
Язычком широким сразу
Мы варенье облизнем.**



5. Чашечка

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

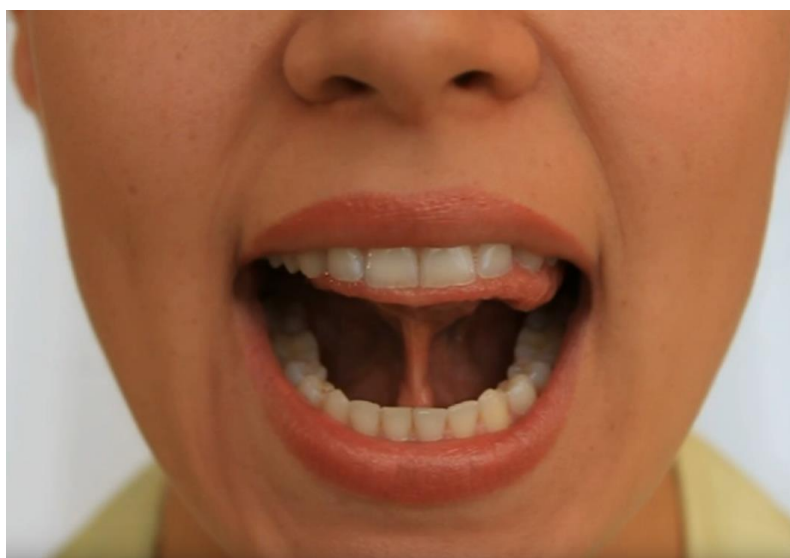


**Будешь пить с друзьями чай
Ты из чашки новой.
Эту чашку показать
Ты сейчас пробуй!**



6. Грибок

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка - ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы - в улыбке. Если ребенку не удастся присосать язык, то можно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка».



В пощелкивании улавливается нужное движение языка.

**Под высокою сосной
Мы грибок нашли с тобой.
Чтобы рос боровичок,
Подними вверх язычок.**



7. Чистим зубки

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

Нижние

Верхние



Мягкой щеткою с утра
Чистит зубки детвора.
Будут зубки сильные,
Белые, красивые!

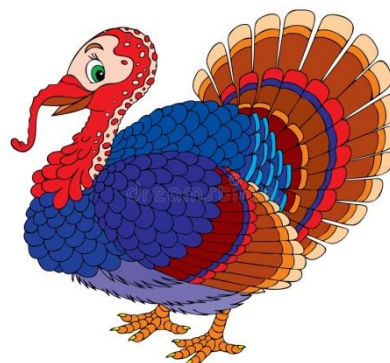


8. Индюк

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 ее. Темп упражнения, постепенно убыстряясь, затем добавить голос, чтобы слышалось «БЛ-БЛ-БЛ». Следите, чтобы язык не сужался, он должен быть широким.



**Я - индюк « балды-балда»
Разбегайтесь кто куда.**



9. Киска сердится

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз»- выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.



**Рассердилась наша киска:
Ей забыли вымыть миску.
Ты не подходи к ней близко-
Поцарапать может киска!**



10. Качели

Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.



**На веселые качели
Таня и Никита сели.
Опустились вниз качели,
А потом наверх взлетели.
Вместе с птицами, наверно,
Улететь они хотели.**



11. Маляр

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть при этом неподвижна. Если немного щекочет в носу, то упражнение выполняется правильно.

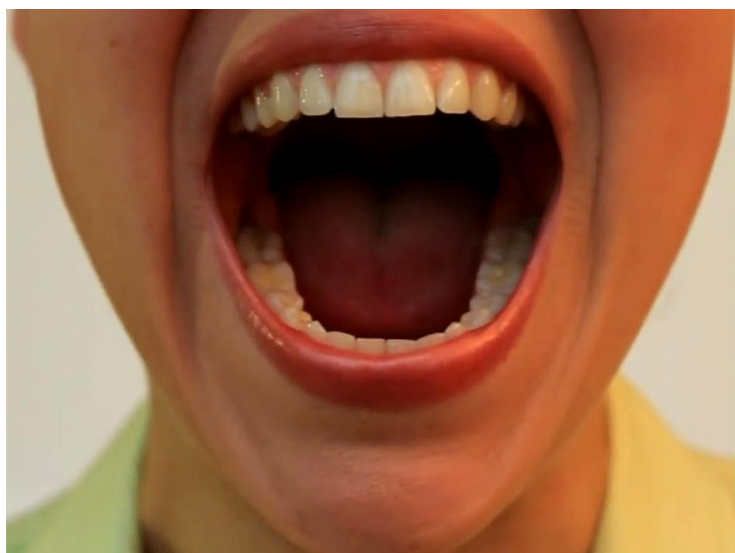


**Стал язычок твой маляром,
Он будет красить старый дом:
Вперед-назад, вперед-назад...
Ремонту каждый будет рад.**



12. Птенчик

Открыть рот широко и удерживать его в таком положении в течение 3—5 сек. Закрывать рот. Язык при выполнении упражнения спокойно лежит на дне ротовой полости. Повторить упражнение не менее 3 раз. Постараться в зеркало увидеть маленький язычок.



**Птенчик в гнездышке лежит,
И на солнышко глядит.
Греет перышки свои
На него ты посмотри.**

