

Примерный комплекс упражнений для артикуляционной гимнастики

Чёткое произношение возможно только при условии достаточной подвижности органов артикуляционного аппарата, их способности работать координировано. Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики.

Артикуляционная гимнастика - это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированных движений органов, принимающих участие в речи.

Гимнастика включает в себя упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки всевозможных положений губ, языка, мягкого нёба, необходимых для правильного произнесения того или иного звука.

I. Упражнения для челюстей

1. Широко раскрыть рот и подержать его открытым 10-15 сек.
2. Жевательные движения в медленном темпе с сомкнутыми губами.
3. То же в быстром темпе.
4. Легкое постукивание зубами — губы разомкнуты.
5. Повторяется первое упражнение.

II. Упражнения для губ

6. **"Улыбка"** — растягивание разомкнутых губ, зубы при этом сомкнуты, хорошо видны и верхние, и нижние резцы.
7. То же с сомкнутыми губами и зубами.
8. **"Трубочка"** (**"Хоботок"**) — вытягивание губ вперед (зубы сомкнуты).
9. Попеременное выполнение **"Улыбки"** и **"Трубочки"**.
10. Вращательные движения губами.
11. Отставление нижней губы от зубов и десен.
12. Втягивание нижней губы внутрь рта.

III. Упражнения для языка

(выполняются с широко раскрытым ртом и при неподвижной нижней челюсти):

13. **"Болтушка"** — движения языком вперед-назад.
14. **"Часики"** — движения языком вправо-влево.
15. **"Качели"** — движения языком вверх-вниз.
 - а) к верхней — нижней губе;
 - б) к верхним — нижним зубам;
 - в) к верхним — нижним альвеолам.
16. Круговые движения языком:
 - а) по губам;
 - б) по зубам в преддверии рта;
 - в) за зубами.
17. **"Лошадки"** — щелкание языком.
18. **"Лопатка"** — широкий, расслабленный язык высунуть, положить на нижнюю губу, подержать 10-15 сек. (при напряжении похлопать по языку шпателем или пошлепать губами).
19. **"Иголочка"** — узкий напряженный язык высунуть далеко вперед и удерживать 10-15 сек. (для сокращения языка дотронуться до кончика шпателем).
20. Попеременное выполнение **"Лопатки"** и **"Игопочки"**.

21. "Желобок" ("Трубочка") — высунуть широкий язык, боковые края языка загнуть вверх.

22. "Чашечка" ("Ковшик") — широкий язык поднят кверху:

а) к верхней губе;

б) к верхним зубам;

в) к верхним альвеолам.

23. "Грибок" — язык широкий, плоский, присасывается к твердому небу, боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам, кончик языка — к верхним альвеолам.

Образцы артикуляционных упражнений



"Улыбка"



"Трубочка"



"Качели"



"Лопатка"



"Иголочка"



"Желобок"



"Чашечка"