

Рекомендации по проведению гимнастики для языка

Приморский район
ГБДОУ№83
логопед Заулина О.П.
г. Санкт-Петербург
2011г



Артикуляционная гимнастика

Не огорчайтесь, если не получите упражнения с первого раза. Попробуйте повторять их вместе с ребенком. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и у вас все получится.

Артикуляционной гимнастикой называются специальные упражнения для развития подвижности, ловкости языка, губ, щек, уздечки.

Мы выполняем гимнастику для рук, ног, чтобы они стали сильными, ловкими. Такая же гимнастика необходима и для речевых органов, где язык (главная мышца) нуждается в достаточном хорошем развитии для выполнения тонких целенаправленных движений.

Детям 5—7-ми лет и далее артикуляционная гимнастика поможет преодолеть уже сложившиеся нарушения.

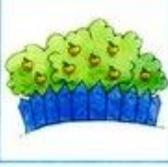
Детям 2—4-х лет артикуляционная гимнастика поможет обрести целенаправленность движений языка. Помните, что в этом возрасте вы помогаете малышу достичь правильного звукопроизношения.

Артикуляционную гимнастику лучше всего проводить в виде сказки, 5—7 минут.

Ребенок должен видеть, что делает язык. Мы, взрослые, не задумываемся, где находится в данный момент язык (за верхними или за нижними зубами). У нас автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь.

В начальный период артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом.

Упражнения для языка

| | | | |
|---|----------|--|---|
|  | 1 | <p>Окошко (БЕГЕМОТ)</p> <ul style="list-style-type: none"> широко открыть рот – «жарко» закрыть рот – «холодно» |  |
|  | 2 | <p>Чистим зубки</p> <ul style="list-style-type: none"> улыбнуться, открыть рот кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы |  |
|  | 3 | <p>Месим тесто</p> <ul style="list-style-type: none"> улыбнуться пошептать языком между губами – «пя-пя-пя» покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения) |  |
|  | 4 | <p>Чашечка</p> <ul style="list-style-type: none"> улыбнуться широко открыть рот высунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (т. е. слегка приподнять кончик языка) |  |
|  | 5 | <p>Дудочка</p> <ul style="list-style-type: none"> с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты) |  |
|  | 6 | <p>Заборчик (ЛЯГУШКА)</p> <ul style="list-style-type: none"> улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы |  |

| | | | |
|---|-----------|---|---|
|  | 7 | <p>Маляр</p> <ul style="list-style-type: none"> губы в улыбке приоткрыть рот кончиком языка погладить («покрасить») небо |  |
|  | 8 | <p>Грибочек</p> <ul style="list-style-type: none"> улыбнуться поцокать языком, будто едешь на лошадке присосать широкий язык к небу |  |
|  | 9 | <p>Киска</p> <ul style="list-style-type: none"> губы в улыбке, рот открыт кончик языка упирается в нижние зубы выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы |  |
|  | 10 | <p>Поймаем мышку</p> <ul style="list-style-type: none"> губы в улыбке приоткрыть рот произнести «а-а» и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик) |  |
|  | 11 | <p>Лошадка</p> <ul style="list-style-type: none"> вытянуть губы приоткрыть рот поцокать «узким» языком (как цокают копытами лошадки) |  |
|  | 12 | <p>Пароход гудит</p> <ul style="list-style-type: none"> губы в улыбке открыть рот с напряжением произнести долгое «ы-ы-ы...» |  |



13

Слоник пьёт

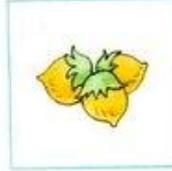
- вытянув вперёд губы трубочкой, образовать «хобот слоника»
- «набирать водичку», слегка при этом прищмокивая



14

Индюки болтают

- языком быстро двигать по верхней губе – «бл-бл-бл...»



15

Орешки

- рот закрыт
- кончик языка с напряжением поочередно упирается в щёки
- на щеках образуются твердые шарики – «орешки»



16

Качели

- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка за верхние зубы
- кончик языка за нижние зубы



17

Часики

- улыбнуться, открыть рот
- кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



18

Блинчик

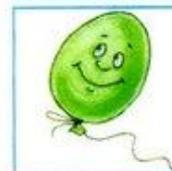
- улыбнуться
- приоткрыть рот
- положить широкий язык на нижнюю губу



19

Вкусное варенье

- улыбнуться
- открыть рот
- широким языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу



20

Шарик

- надуть щеки
- сдуть щеки



21

Гармошка

- улыбнуться
- сделать «грибочек» (т. е. присосать широкий язык к нёбу)
- не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать)



22

Барабанщик

- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка за верхними зубами: «дэ-дэ-дэ...»



23

Парашиютик

- на кончик носа положить ватку
- широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх



24

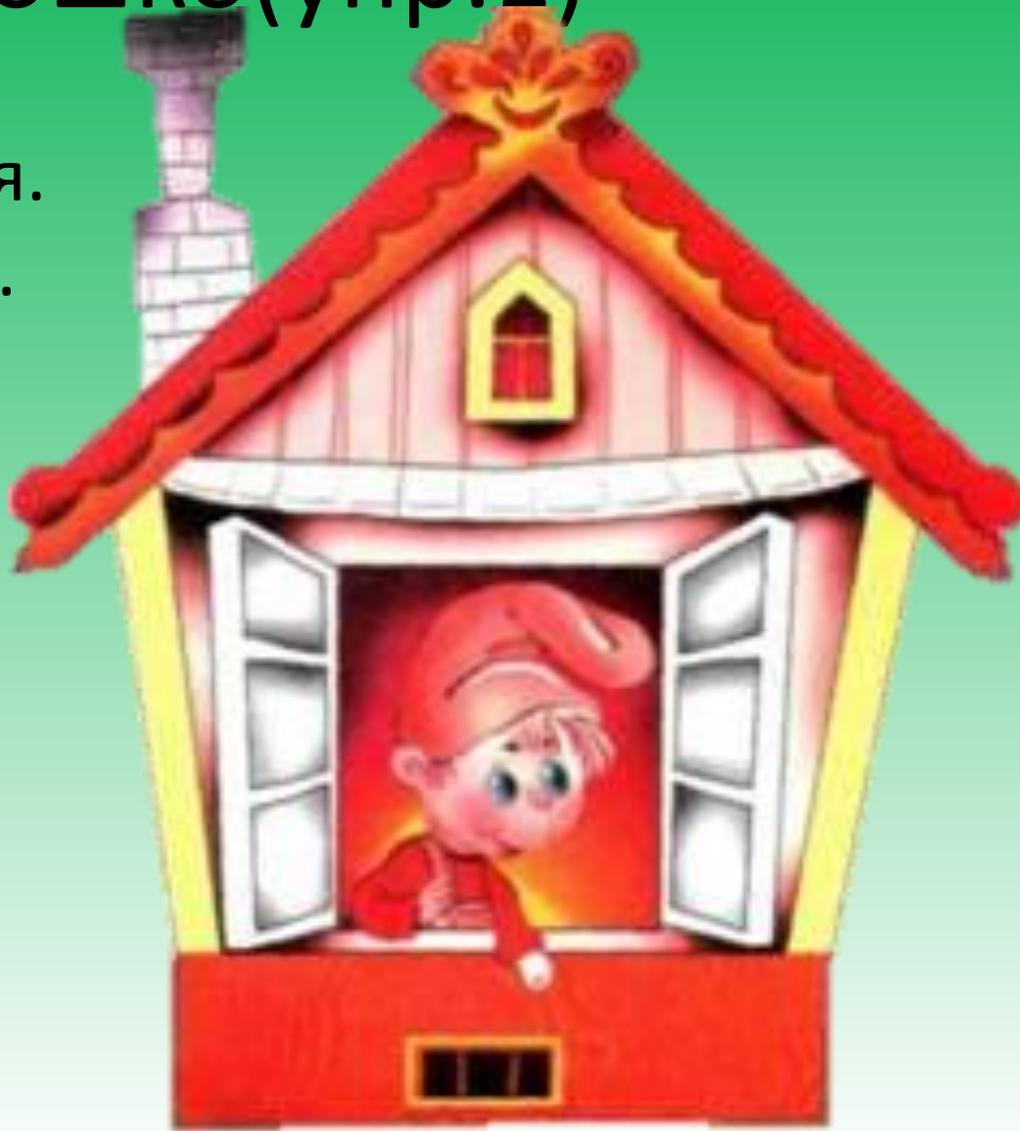
Загнуть мяч в ворота

- «вытолкнуть» широкий язык между губами (словно загоняешь мяч в ворота)
- дуть с зажатым между губами языком (щеки не надувать)



Окошко(упр.1)

Язычок проснулся.
Открыл окошко.



Часики (упр.17)

Посмотрел на часики



Месим тесто (упр.3)



Блинчики (упр.18)



Чашечка (упр.4)



Вкусное варенье (упр.19)



Качельки (упр.16)



Лошадка (упр.11)

Язычок поскакал на
лошадке в лес



Грибок (упр.8)



Дятел стучит д-д-д
(упр. 22)

Язычок нюхает
цветочки



Киска сердится(упр. 9)



Гармошка
(упр.21)



Молодцы!