

## Комплексы артикуляционных упражнений

Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.



Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических. Процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, легкие, диафрагма, межреберные мышцы). Таким образом, говоря о специальной логопедической гимнастике, следует иметь в виду упражнения многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, плечевого пояса, грудной клетки.

Артикуляционную гимнастику нужно проводить ежедневно, перед зеркалом, чтобы вырабатываемые у детей навыки постоянно закреплялись. Не следует предлагать детям более 3-5 упражнений за раз и по продолжительности не более 3-5 минут.

Каждое динамическое упражнение выполняется по 5-7 раз. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.

### *Комплекс упражнений для свистящих звуков С, З, Ц*

#### 1) Загони мяч в ворота

- Вытянуть губы вперед трубочкой.
- Длительно дуть на ватный шарик, загоняя его между двумя кубиками.

#### 2) Месим тесто

- Улыбнуться.
- Немного приоткрыть рот.
- Пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...».

- Удерживать в спокойном положении под счет от 1 до 5.

### 3) Блинчик

- Улыбнуться.
- Приоткрыть рот.
- Положить широкий язык на нижнюю губу.
- Удерживать под счет от 5 до 10.

### 4) Кто дальше загонит мяч?

- Улыбнуться.
- Положить широкий язык на нижнюю губу.
- Произнести звук Ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

### 5) Чистим зубки

- Улыбнуться.
- Показать зубы, приоткрыть рот.
- Кончиком языка поочередно «почистить» нижние и верхние зубы.



## *Комплекс упражнений для шипящих звуков Ш, Ж, Щ, Ч*

### 1) Вкусное варенье

- Слегка приоткрыть рот.
- Улыбнуться.
- Широким языком облизать верхнюю губу (нижняя челюсть должна быть неподвижна).

### 2) Месим тесто

- Улыбнуться.
- Немного приоткрыть рот.
- Пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...».
- Удерживать в спокойном положении под счет от 1 до 5.

### 3) Блинчик

- Улыбнуться.
- Приоткрыть рот.
- Положить широкий язык на нижнюю губу.
- Удерживать от 5 до 10.

#### 4) Грибочек

- Улыбнуться.
- Показать зубы, приоткрыть рот.
- Поцокать языком, будто едешь на лошадке.
- Присосать широкий язык к небу, широко открыть рот (язык будет напоминать шляпку грибка, растянутая подъязычная связка – его ножку).

#### 5) Кто дальше загонит мяч?

- Улыбнуться.
- Положить широкий язык на нижнюю губу.
- Произнести звук Ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

#### 6) Гармошка

- Улыбнуться, приоткрыть рот.
- Сделать «грибочек» (т.е. присосать широкий язык к небу).
- Не отрывая языка открывать и закрывать рот (зубы не смыкать).

#### 7) Фокус

- Улыбнуться, приоткрыть рот.
- На кончик носа положить ватку.
- Широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх.

### *Комплекс упражнений для звуков Л, Ль*

#### 1) Месим тесто

- Улыбнуться.
- Немного приоткрыть рот.
- Пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...».
- Удерживать в спокойном положении под счет от 1 до 5.

#### 2) Вкусное варенье

- Слегка приоткрыть рот.

- Улыбнуться.
- Широким языком облизать верхнюю губу (нижняя челюсть должна быть неподвижна).

### 3) Самолет

- Губы в улыбке.
- Рот приоткрыт.
- Длительно произнести звук «ы-ы-ы».

### 4) Индюк

- Приоткрыть рот.
- Положить язык на верхнюю губу.
- Языком быстро двигать по верхней губе – «бл-бл-бл».

### 5) Качели

- Улыбнуться.
- Приоткрыть рот, показать зубы.
- Кончик языка упереть за верхние зубы (удерживать под счет).
- Кончик языка упереть за нижние зубы (удерживать под счет).
- Поочередно менять положение.

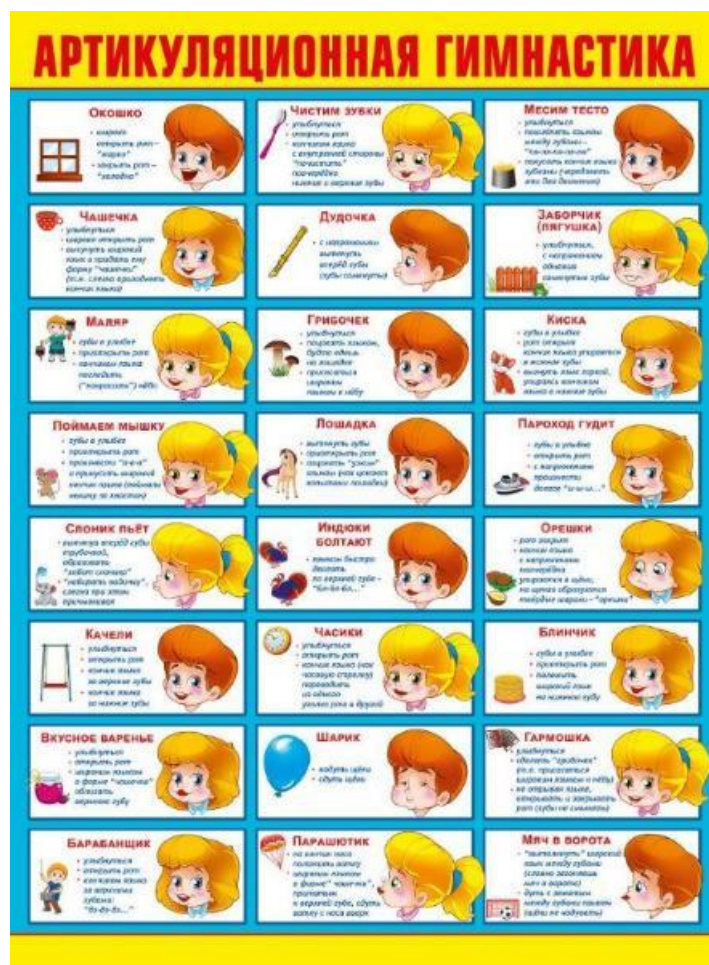
## Комплекс упражнений для звуков Р, Рь

### 1) Чистим зубки

- Улыбнуться.
- Приоткрыть рот.
- Кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно верхние и нижние зубы.

### 2) Маляр

- Губы в улыбке.
- Приоткрыть рот.
- Кончиком языка погладить («покрасить») небо, делая движения языком вперед-



назад.

### 3) Кто дальше загонит мяч?

- Улыбнуться.
- Положить широкий язык на нижнюю губу.
- Произнести звук Ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

### 4) Вкусное варенье

- Слегка приоткрыть рот.
- Улыбнуться.
- Широким языком облизать верхнюю губу (нижняя челюсть должна быть неподвижна).

### 5) Индюк

- Приоткрыть рот.
- Положить язык на верхнюю губу.
- Языком быстро двигать по верхней губе – «бл-бл-бл».

### 6) Дятел

- Улыбнуться.
- Открыть рот.
- Кончиком языка постучать за верхними зубами, произнося звук Д: д-д-д (сначала медленно, постепенно убыстрять темп). Нижняя челюсть неподвижна.

*Следует учесть, что в каждом конкретном случае комплекс упражнений может изменяться в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.*

*Материал подготовлен с использованием интернет-ресурсов,  
фото носит иллюстративный характер*