

Артикуляционная гимнастика – основа правильного

произношения звуков.



Для чистого звукопроизношения нужны сильные, упругие и подвижные органы речи – язык, губы, мягкое нёбо. Все речевые органы состоят из мышц. Если можно тренировать мышцы рук, ног, спины и т. д., значит можно тренировать и мышцы языка и губ. Для этого существует специальная гимнастика, которая называется **артикуляционной**.

Артикуляционная гимнастика укрепит мышцы органов речи и подготовит базу для чистого звукопроизношения.

Сначала упражнения выполняются в медленном темпе обязательно перед зеркалом. На первых занятиях можно ограничиться и двукратным выполнением упражнения, главное, чтобы оно было выполнено **качественно!** Затем количество повторений увеличивают, доводя до 10 – 15 раз.

Не удивляйтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза, ведь для их выполнения необходим определённый **навык**.

Проводить артикуляционную гимнастику надо **ежедневно!**

Будьте спокойны и терпеливы!

Рекомендации к проведению артикуляционной гимнастики

1. Артикуляционная гимнастика проводится ежедневно по 3-5 мин несколько раз в день.

2. Выполняется артикуляционная гимнастика стоя или сидя перед зеркалом с обязательным соблюдением правильной осанки.

3. Необходимо добиваться четкого, точного, плавного выполнения движений.

4. В начале артикуляционные движения выполняются медленно, неторопливо, но постепенно, по мере овладения ими, темп артикуляционной гимнастики увеличивается.

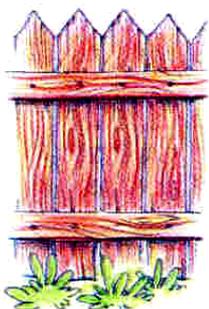
5. Каждое упражнение выполняется от 5 до 20 раз. Количество повторений возрастает по мере совершенствования артикуляционной моторики параллельно с увеличением темпа движений.

6. Желательно выполнение артикуляционной гимнастики под счет, под музыку, с хлопками и т. д.



Артикуляционная гимнастика

Все упражнения выполняются перед зеркалом. Упражнения 1–3, 5 предполагают удержание статической позы под счет до 5 (до 10); упражнения 4, 6–12 выполняются 10–15 раз.



1. ЗАБОРЧИК

Улыбнуться (зубы сомкнуты и видны).
Удерживать губы в таком положении.



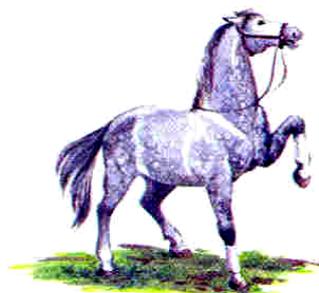
2. ЛОПАТОЧКА

Рот открыть. Положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу.
Занести «лопатку» в рот, стараясь не напрягать язык.



3. ЧАШЕЧКА

Широко открыть рот. Широкий расслабленный язык поднять к верхней губе. Прогнуть среднюю часть языка, загнув кверху боковые края.



4. ЛОШАДКА

Присасывать язык к небу, растягивая подъязычную связку. Щелкать языком медленно и сильно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна.



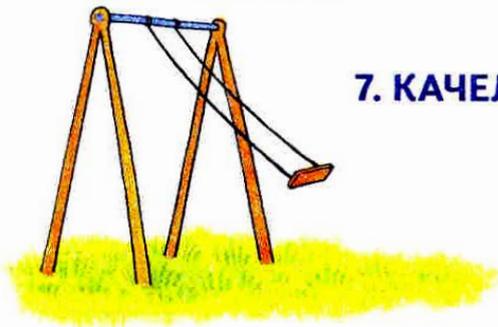
5. ГРИБОК

Улыбнуться (зубы видны), приоткрыть рот. Широко открыть рот, присосав широкий язык всей плоскостью к небу.



6. ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ

Рот приоткрыть. Широким языком облизывать верхнюю губу, делая движения сверху вниз. Нижняя челюсть неподвижна!



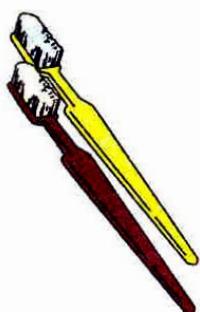
7. КАЧЕЛИ

Открыть рот, как при произнесении звука А. Языком тянуться попеременно то к носу, то к подбородку.



8. КОНФЕТА

Губы сомкнуть. Напряженным языком упираться то в одну щеку, то в другую.



9. ПОЧИСТИМ ЗУБКИ

Сначала выполнять с закрытым ртом, затем — с открытым.

«Почистить» кончиком языка нижние зубы с внутренней стороны (слева — направо, сверху вниз). Нижняя челюсть неподвижна!



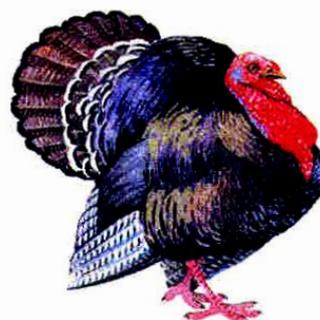
10. ГАРМОШКА

Рот приоткрыть. Язык присосать к небу. Не опуская языка вниз, открывать и закрывать рот, растягивая подъязычную связку. Губы должны быть в улыбке!



11. БАРАБАНЩИК

Рот приоткрыть. Кончик языка за верхними зубами. Быстро произносить ряд звуков и стучать языком:
Д-Д-Д...



12. ИНДЮК

Рот открыт. Широким кончиком языка проводить по верхней губе вперед—назад, не отрывая языка. При этом произносить: БЛ-БЛ-БЛ... Нижняя челюсть неподвижна!