

## 1. Артикуляционная Гимнастика

### Значение.

Даже если ребёнок не говорит, она поможет укрепить мышцы органов речи и подготовит базу для чистого звукопроизношения.

Артикуляционная гимнастика является подготовительным этапом при постановке звуков. Несомненно, что постановкой и автоматизацией звуков должен заниматься только логопед. Некоторые родители считают, что, повторяя многократно слова, чистоговорки, и даже скороговорки, они могут воспитать правильное звукопроизношение у ребёнка. Они и не подозревают, что сначала ребёнок должен научиться правильно, произносить изолированный звук, затем закрепить его в слогах, словах. А только потом во фразе.

Для занятий дома родителям предлагается проводить артикуляционную гимнастику, тем более что раннем возрасте и младшем возрасте этот подготовительный этап уже может помочь малышу достичь правильного звукопроизношения. Логопед подбирает упражнения артикуляционной гимнастики в соответствии с нарушением речи. При подборе и выполнении упражнений артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать определённую последовательность.

### Последовательность выполнения упражнений артикуляционной гимнастики:

От простого к сложному.

Обязательное выполнение перед зеркалом (пока не усвоится движение).

Выполнение упражнений в медленном темпе (темп постепенно увеличивается).

Качественное выполнение упражнений.

Соблюдение дозировки.

### Требования, предъявляемые к выполнению упражнений артикуляционной гимнастики:

Проводить артикуляционную гимнастику ежедневно (для выработки, уточнения и закрепления и совершенствования двигательных навыков органов артикуляции).  
Длительность выполнения – не менее 5 минут.

Выполнять сидя перед зеркалом.

Ребёнок должен видеть правильный образец выполнения упражнений взрослым.  
Дозировка: повторить каждое упражнение 5-8 раз, под четкий, спокойный счёт до пяти.  
Поэтапное выполнение упражнений.  
Контролировать качество выполнения (равномерное участие левой и правой половины языка, губ).

### Статические подготовительные упражнения

1. «Лопаточка». Широкий язык высунуть, расслабить, положить а нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10-15 с.

## Домашние задания в помощь родителям

---

2. «Чашечка». Рот широко раскрыть. Широкий язык поднять кверху. Потянуться к верхним зубам, но не касаться их. Удерживать язык в таком положении 10—15 с.
3. «Иголочка». Рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, на прячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении 15 с «Горка». Рот приоткрыть. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Кончик языка упереть в нижние передние зубы. Удерживать в таком положении 15 с.
4. «Трубочка». Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10—15 раз.

*Каждое из перечисленных упражнений выполняется четко, медленно по 8—10 раз.*

***Наберитесь терпения! Помните, что выполнение артикуляционных упражнений – это трудная работа для ребёнка. Не укоряйте ребёнка, а хвалите. Поощрения придадут ему уверенности в своих силах и помогут быстрее овладеть тем или иным движением, а значит, быстрее овладеть правильным звукопроизношением.***

### **Динамические подготовительные упражнения.**

1. «Часики». Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к правому уху, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счет логопеда. Прodelать 15—20 раз.
2. «Лошадка». Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку. Прodelать 10—15 раз.
3. «Грибок». Раскрыть рот. Присосать язык к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть. Прodelать 15 раз. В отличие от упражнения «Лошадка» язык не должен отрываться от нёба.
4. «Качели». Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не закрывать. Упражнение проводится под счет логопеда 10—15 раз.
5. «Вкусное варенье». Высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта. Повторить 15 раз.
6. «Змейка». Рот широко открыть. Язык сильно высунуть вперед, напрячь, сделать узким. Узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать в глубь рта. Двигать языком в медленном темпе 15 раз.
7. «Маляр». Высунуть язык, рот приоткрыть. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. Прodelать 10 раз, меняя направление.
8. «Катушка». Кончик языка упереть в нижние передние зубы. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать в

## Домашние задания в помощь родителям

---

глубь рта. Прodelать 15 раз. В отличие от упражнения «Горка» язык в форме валика перемещается вперед-назад.

**(Выполнять каждый день не менее 10 мин. перед зеркалом)**