



Рекомендации для родителей по выполнению артикуляционной гимнастики дома

Артикуляционная гимнастика – это комплекс дыхательных и артикуляционных упражнений (*упражнения для губ, языка, нижней челюсти*), направленный на формирование правильного произношения конкретного звука. То есть, выработку правильного артикуляционного уклада вызываемого звука и правильной воздушной струи (например, для звука /Ш/: *долгий, сильный, направленный, равномерный выдох по центру языка*).

Правила артикуляционной гимнастики:

Комплекс артикуляционных и дыхательных упражнений (5-6 упражнений) отрабатывается в течение 2-3х недель ежедневно (или через день), не более 5-7 минут – весь комплекс (в том числе: дыхательные упражнения – не более 1 минуты).

Все артикуляционные упражнения выполняются сидя и перед зеркалом (очень важен зрительный и тактильный контроль).

Внимание, уважаемые родители!

Всю работу в домашних условиях по формированию правильного звукопроизношения следует согласовывать с воспитателем и логопедом, обращаться к ним при всех возникающих затруднениях.

КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ

Целенаправленные упражнения помогают подготовить артикуляционный аппарат ребенка к правильному произнесению нужных звуков. Эти упражнения подбираются, исходя из правильной артикуляции звука, поэтому их объединяют в комплексы. Каждый комплекс готовит определенные движения и положения губ, языка, вырабатывает направленную воздушную струю, т.е. все то, что необходимо для правильного образования звука.

Артикуляционную гимнастику следует всегда начинать с отработки основных движений и положений губ, языка, необходимых для четкого, правильного произношения всех звуков.



Первый комплекс. Упражнения, способствующие выработке движений и положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения **свистящих звуков** (С, Сь, З, Зь, Ц).

Второй комплекс. Упражнения, способствующие выработке движений и положений, органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения **шипящих звуков** (Ш, Ж, Ч, Щ).

Третий комплекс. Упражнения, подготавливающие артикуляционный аппарат для правильного произношения звука **сонорных звуков** Л, Ль.

Четвёртый комплекс. Упражнения, подготавливающие артикуляционный аппарат для правильного произношения **сонорных звуков** Р, Рь.

!!! ВАЖНО ПОМНИТЬ

В домашних условиях **нет** необходимости выполнять все упражнения комплекса! Если упражнение у ребенка **не получается** или Вам кажется, что он выполняет его **неправильно**, то данный артикуляционный уклад следует временно исключить из списка.



Комплекс основных (подготавливающих) упражнений

1. Удерживание губ в «улыбке» передние верхние и нижние зубы сжаты и обнажены («Заборчик»).
2. Вытягивание губ вперед трубочкой («Дудочка» или «Уточка»).
3. Чередование положений губ: в улыбке — трубочкой.
4. Спокойное открывание и закрывание рта, губы в положении улыбки.
5. Язык широкий («Лопатка»).
6. Язык узкий («Иголочка»).
7. Чередование положений языка: широкий — узкий.
8. Подъем языка за верхние зубы (удержание позы).
9. Чередование движений языка вверх-вниз («Качели»)
10. Чередование следующих движений языка (при опущенном кончике): отодвигать язык в глубь рта — приближать к передним нижним резцам.



Первый комплекс (для свистящих звуков С, Съ, З, Зь, Ц)

Для произнесения свистящих звуков требуются сложные точные движения языка, в которых участвуют кончик языка (он находится за нижними зубами), боковые края языка (они плотно примыкают к верхним коренным зубам), спинка языка (передняя часть ее приподнимается к альвеолам и образует с ними щель, а при звуке **Ц** сначала смычку, потом щель); движения губ (в улыбке), нижняя челюсть (едва опущена) и наличие воздушной струи (прохладной, достаточно сильной и направленной посередине языка). Выработке необходимых движений языка и воздушной струи способствуют следующие упражнения.

- 1. Заборчик**
- 2. Наказать непослушный язычок**
- 3. Лопатка**
- 4. Почистить зубки**
- 5. Горка или Киска сердится**
- 6. Загнать мяч в ворота (направленность воздушной струи)**
- 7. Кто дальше загонит мяч? (сила выдоха)**

[Посмотреть описание упражнений](#)



Второй комплекс (для шипящих звуков Ш, Ж, Ч, Щ)

Для произнесения шипящих звуков требуются сложные и тонкие движения языка: широкий передний край языка поднимается к передней части твердого нёба, при этом кончик языка образует щель с твердым нёбом (при **Ч** — сначала смычку, а потом щель); боковые края языка плотно прилегают к верхним коренным зубам; губы выдвигаются вперед и округляются; нижняя челюсть слегка опускается; воздушная струя идет посередине языка. Выработке необходимых движений языка и воздушной струи способствуют следующие упражнения.

1. **Заборчик**
2. **Окошко**
3. **Лопатка**
4. **Наказать непослушный язычок**
5. **Приклеить конфетку или Грибок (присасывание языка к нёбу)**
6. **Вкусное варенье**
7. **Чашечка**
8. **Фокус (сила и направленность выдоха)**

[Посмотреть описание упражнений](#)



Третий комплекс (для сонорных звуков Л, Ль)

Для произнесения звука **Л** необходима достаточно сложная и дифференцированная работа различных частей языка: кончик языка поднимается вверх и прижимается к основанию верхних зубов, передняя и средняя части спинки языка опускаются, задняя часть спинки языка приподнимается и оттягивается назад, края языка опускаются и пропускают выходящую воздушную струю. Выработке необходимых движений языка способствуют следующие упражнения.

- 1. Заборчик**
- 2. Лопатка**
- 3. Наказать непослушный язычок**
- 4. Качели**
- 5. Индюк (голосовое упражнение)**
- 6. Пароход гудит (голосовое упражнение)**

[Посмотреть описание упражнений](#)



Четвертый комплекс (для сонорных звуков Р, Рь)

Для произнесения звука р необходима сложная работа всех мышц языка: кончик языка и его передняя часть подняты к альвеолам, напряжены, кончик языка вибрирует в проходящей воздушной струе. Средняя часть языка опущена, его боковые края прижаты к верхним коренным зубам; выдыхаемая воздушная струя должна быть сильной, направленной. Выработке необходимых движений языка и воздушной струи способствуют следующие упражнения.

1. **Заборчик**
2. **Окошко**
3. **Почистить зубки**
4. **Маляр или Кисточка**
5. **Качели**
6. **Лошадка (цоканье языком при неподвижной нижней челюсти)**
7. **Парус**
8. **Молоток или Дятел (голосовое упражнение)**
9. **Кто дальше загонит мяч? (сила выдоха)**
10. **Моторчик (при произнесении «ДДД» или долгого «ЖЖЖ» подбивать пальчиком кончик языка, за верхними зубами)**

[Посмотреть описание упражнений](#)





Желаю успеха!