



## Артикуляционные упражнения

способствуют *укреплению мышц речевого аппарата, формируют правильные, полноценные движения артикуляционных органов* (языка, губ, нижней челюсти и др.), *улучшают дикцию.*



Артикуляционная гимнастика необходима всем детям с целью развития речи!

Лучше всего гимнастику делать **ежедневно 2 раза в день по 5 – 10 минут**, не раньше, чем через час после приема пищи.

Упражнения лучше всего выполнять **вместе с ребенком перед зеркалом!**

## Комплекс основных артикуляционных упражнений



### 1. Улыбка («Заборчик»)

Сомкнуть губы и широко улыбнуться, показав верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд.



### 2. «Трубочка»

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10.



### 4. «Лопаточка» («Блинчик»)

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать под счет

от 1 до 5-10. + «Месим тесто» (похлопывание губами по языку, покусывание языка зубами)

### 5. «Подуй, чтоб улетело»

Легкое перышко, ватку, листик и т.д. кладем на ладонку ребенка, просим его подуть так, чтобы ватка улетела, но дуть не губами, а с широкого языка, который лежит на нижней губе. + «Змейка» (аналогично дуем на язык с узкой полоской салфетки)



### 6. «Чашечка»

Улыбнуться, открыть рот и поднять вверх кончик и боковые края языка так, чтобы получилась «чашечка». Удерживать 5-10 секунд.



### 7. «Вкусное варенье»

Улыбнуться, открыть рот и языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу сверху вниз. Нижняя челюсть неподвижна! +

«Фокусник»- на нос положить кусочек ватки, языком «обнять» верхнюю губу, подуть, чтобы ватка

подлетела вверх.

### 8. «Иголочка» («Жало»)

Приоткрыть рот. Сделать язык узким, заострить кончик языка и тянуть язык к зеркалу, как жало.

### 9. «Часики» («Маятник»)

Перемещать кончик языка попеременно в правый, левый угол рта. При этом сохранять положение губ в улыбке. Следить, чтобы язык перемещался между губами, а не по нижней губе.

### 10. «Качели»

Широко раскрыть рот, поднять кончик языка вверх, за верхние зубы, опустить к нижним. Выполнять под счет: *раз-два* или под команду *вверх-вниз*.



### 11. «Горка»

Рот широко открыт, кончик языка упирается в нижние зубы.

Поднять спинку языка к верхним зубам, прижать и удерживать под счет от 1 до 5.



### 12. «Чистим зубки»

Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние (нижние) зубы с внутренней и внешней стороны, делая движения из стороны в сторону.

### 13. «Маляр»

Рот широко открыт. Кончиком языка от верхних зубов к мягкому небу и обратно делаем медленные движения, как будто кисточкой красим потолок.



### 14. «Дятел» («Барabanщик»)

Широко открыть рот, поднять язык вверх, прижав боковые края языка к коренным зубам. Удерживая язык в таком положении, кончиком языка стучать в бугорки за верхними зубами: д-д-д. (аналогично выполняем «Молоточек», только со звуком т-т-т)

### 15. «Комарик»

Широко открыть рот, поднять язык вверх. При таком положении языка произносить звук, похожий на писк комара, «зж». (Если поднести ладонь ко рту, то ощущается холодная воздушная струя).

### 16. «Самолет»

Соединяем упражнение «Дятел» и «Комарик». Рот открыт, язык наверху, сильно дуем на кончик языка «Дззззззжж»

### 17. «Машина буксует»

Рот открыт, язык наверху, стучим по бугоркам, произнося так Дын-дын-дын.



### 18. «Лошадка»

Губы в улыбке, рот открыт, поднимаем язык к небу и щелкаем языком, присасывая кончик языка к небу и резко отрывая его.

### 19. «Грибок»

Приклеить язык к небу и медленно открыть рот пошире, чтобы язык стал похож на «гриб». Удерживать под счет.



### 20. «Гармошка»

Приклеить язык к небу, медленно открывая рот пошире и прикрывая (будто играет гармошка). Удерживать язык приклеенным к небу.

### 21. «Индюк «Болтушка»



1 вариант- Рот широко открыт.

Широким кончиком языка производим движения по верхней губе вперед, назад, не отрывая язык от губы. Сначала движения беззвучные, потом подаем голос и подражаем индюку: «бл-бл-бл».

2 вариант – Рот широко открыт, язык наверху, двигаем его кончиком за верхними зубами.

### 23. «Вертолетик»

С силой подуть на сомкнутые губы, заставив их вибрировать.

### 24. «Ветерок подул»

Просунуть широкий язык между губами и с силой подуть на кончик языка, заставив вибрировать и язык, и губы.



### 25. «Парус»

Улыбнуться, приоткрыть рот, широкий язык поставить за верхние зубы. Дуть на ладошку (свечку, полоску бумаги), ощущая посередине языка сильную холодную воздушную струю.

### 26. «Охотник идет по болоту»

Прикусить кончик суженного языка зубами, вдыхать и выдыхать воздух через боковые щели.

### 27. «Звонок»

Широко улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка сильно нажимать за верхними зубами. (язычок сильно толкает зубы, хочет, чтобы они выпали, так он торопится в школу)



# Артикуляционная

# гимнастика