



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 109»  
(МБДОУ «Детский сад № 109»)

## **Консультация для родителей**

### **«Артикуляционная гимнастика»**

Разработала: учитель-логопед

Анна Дмитриевна Николаева

город Нижний Новгород

2024 год

## Артикуляционная гимнастика

Уже с младенчества дети проделывают массу разнообразных артикуляторно - мимических движений языком, губами, челюстью. Эти движения являются первым этапом развития речи малышей, они играют роль гимнастики органов речи.

Внятность и четкость речи зависят от развития мышц языка, челюсти, состояния зубов и носоглотки. Язык наиболее активно участвует в образовании слов. От его положения, от того, какую форму он принимает, зависит правильное произношение большинства звуков. Артикуляционные упражнения для детей с нарушениями звукопроизношения – это необходимость. Они подготавливают речевой аппарат ребенка к постановке звуков.

*Артикуляционная гимнастика* – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, выработку правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

	<b>1</b>	<b>Окошко (БЕГЕНОТ)</b> • широко открыть рот – «жирко» • закрыть рот – «холодно»			<b>7</b>	<b>Маляр</b> • губы в улыбке • приоткрыть рот • кончиком языка погладить («покрасить») небо	
	<b>2</b>	<b>Чистим зубки</b> • улыбнуться, открыть рот • кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы			<b>8</b>	<b>Грибочек</b> • улыбнуться • подкатить языком, будто едешь на лошадке • присосать широкий язык к небу	
	<b>3</b>	<b>Месим тесто</b> • улыбнуться • пошепелять языком между губами – «ля-ля-ля-ля» • покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения)			<b>9</b>	<b>Киска</b> • губы в улыбке, рот открыт • кончик языка упирается в нижние зубы • выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы	
	<b>4</b>	<b>Чашечка</b> • улыбнуться • широко открыть рот • высунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (т. е. слегка приподнять кончик языка)			<b>10</b>	<b>Поймаем мышку</b> • губы в улыбке • приоткрыть рот • произнести «а-а» и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)	
	<b>5</b>	<b>Дудочка</b> • с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)			<b>11</b>	<b>Лошадка</b> • вытянуть губы • приоткрыть рот • подкатить «узким» языком (как копытцами лошадки)	
	<b>6</b>	<b>Заборчик (ЛЯГУШКА)</b> • улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые губы			<b>12</b>	<b>Пароход гудит</b> • губы в улыбке • открыть рот • с напряжением произнести долгое «ы-ыч...»	



Эти упражнения подбираются, исходя из правильной артикуляции звука, поэтому их лучше объединять в комплексы. Каждый комплекс готовит определённые движения и положения губ, языка, вырабатывает правильную воздушную струю, то есть всё 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.

### **Комплекс артикуляционной гимнастики № 1 для свистящих (с, з, ц)**

1. «Загнать мяч в ворота»

*Цель:* Выбатывать длительную, направленную воздушную струю.

*Описание.* Вытянуть губы вперёд трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.

*Методические указания.*

- Следить, чтобы не надувались щёки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.

- Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

## 2. «Наказать непослушный язык»

*Цель:* Выбатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

*Описание.* Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя - пя - пя».

Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

*Методические указания.*

- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.

- Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.

- Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе.

Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

## 3. «Лопатка»

*Цель:* Выбатывать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении.

*Описание.* Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

*Методические указания.*

- Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было натяжения.

- Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа.

- Не высовывать язык далеко: он должен накрывать только нижнюю губу.

- Боковые края языка должны касаться уголков рта.

- Если упражнение не получается, надо вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

## 4. «Кто дальше загонит мяч?»

*Цель:* Выбатывать плавную, длительную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.

*Описание.* Улыбнуться, положить широкий передний край на нижнюю губу и, как бы произнося длительный звук ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

*Методические указания.*

- Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.

- Нельзя надувать щёки.

- Следить, чтобы дети произносили звук ф, а не звук х, то есть воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

## 5. «Почистим зубы»

*Цель:* Научить детей удерживать кончик языка за нижними зубами.

*Описание.* Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка почистить нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.

*Методические указания.*

- Губы неподвижны, находятся в положении улыбки.

- Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.

- Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов.

## **Комплекс артикуляционной гимнастики № 2 для шипящих (ш, ж, ч, щ)**

### **1. «Вкусное варенье»**

**Цель:** Вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки, которое он принимает при произнесении звука ш.  
**Описание.** Слегка приоткрыть рот и широким краем языка облизать нижнюю губу, делать языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

**Методические указания.**

- Следить, чтобы работал только язык, нижняя челюсть должна быть неподвижной.
- Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.
- Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

### **2. «Гармошка»**

**Цель:** Укрепить мышцы языка. Растягивать подъязычную уздечку.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к верхнему нёбу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот. Губы находятся в положении улыбки.

**Методические указания.**

- Следить, чтобы губы были неподвижны, когда открывается рот.
- Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счёт от 3 - 5.
- Следить, чтобы при открытии рта не провисала одна из сторон языка.

### **3. «Фокус»**

**Цель:** Вырабатывать подъём языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

**Методические указания.**

- Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.
- Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе.
- Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

### **4. «Чашечка»**

**Цель:** Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов.

**Укреплять мускулатуру языка.**

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

**Методические указания.**

- Если «Чашечка» не получается, то необходимо распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму.
- Можно также распластать язык похлопыванием по нему губами, завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальчиками.
- При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.

### **5. «Приклей конфетку»**

**Цель:** Учить удерживать язык вверху.

**Описание.** Положить широкий язык на нижнюю губу. На кончик языка поместить тоненький кусочек ириски, приклеить конфетку к небу за верхними резцами.

**Методические указания.**

## **Комплекс артикуляционной гимнастики № 3 для сонорных звуков (л, ль)**

### **1. «Наказать непослушный язык»**

*Цель:* Выбатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

*Описание.* Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя - пя - пя». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

*Методические указания.*

- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.
- Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.
- Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

### **2. «Пароход гудит»**

*Цель:* Выбатывать подъём спинки языка вверх.

*Описание.* Приоткрыть рот и длительно произносить звук ы (как гудит пароход).

*Методические указания.*

Следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта, а спинка была поднята к нёбу.

### **3. «Индюк»**

*Цель:* Выбатывать подъём языка вверх, подвижность его передней части.

*Описание.* Приоткрыть рот, положить язык на нижнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её.

Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не слышится бл - бл (как индюк болбочет).

*Методические указания.*

- Следить, чтобы язык был широким и не сужался.
- Чтобы движения языком были вперёд - назад, а не из стороны в сторону.
- Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперёд.

### **4. «Качели»**

*Цель:* Выбатывать умение быстро менять положение языка, необходимое при соединении звука л с гласными а, ы, о, у.

*Описание.* Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счёт от 1 - 5. Потом поднять широкий язык за верхние зубы и удерживать под счёт от 1 - 5. Так поочередно менять положение языка 4 - 6 раз.

*Методические указания.*

- Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

### **5. «Лошадка»**

*Цель:* Укрепляет мышцы языка и вырабатывает подъём языка вверх.

*Описание.* Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка.

*Методические указания.*

- Упражнение сначала выполняются в медленном темпе, потом быстрее.
- Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.

- Если у ребёнка пощёлкивание не получается, нужно предложить ему выполнять упражнение «Приклеить конфетку», а потом вернуться к этому упражнению.
- Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, то есть чтобы ребёнок щёлкал языком, а не чмокал.

## **Комплекс артикуляционной гимнастики № 4 для сонорных звуков (р, рь)**

### **1. «Чьи зубы чище»**

*Цель:* Выбатывать подъём языка вверх.

*Описание.* Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

*Методические указания.*

- Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.
- Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у верхних зубов.
- Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

### **2. «Маляр»**

*Цель:* Отработать движения языка вверх и его подвижность.

*Описание.* Улыбнуться, приоткрыть рот и «погладить» кончиком языка твёрдое нёбо, делая движения языком вперёд - назад.

*Методические указания.*

- Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.
- Следить, чтобы кончик языка, продвигаясь вперёд, доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперёд, и не высовывался изо рта.

### **3. «Барабан»**

*Цель:* Укреплять мышцы кончика языка, выбатывать подъём языка и умение делать кончик языка напряженным.

*Описание.* Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук д: д - д - д. Сначала звук д произносить медленно. Постоянно убыстряя темп.

*Методические указания.*

- Рот должен быть открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.
- Следить, чтобы звук д носил характер чёткого удара - не был хлюпающим.
- Кончик языка не должен подворачиваться.
- Звук нужно произносить так, чтобы ощущалась воздушная струя

### **4. «Барабан - 2»**

*Цель:* Выбатывать подъём языка, развивать упругость и подвижность кончика языка.

*Описание:* Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык поднят вверх к нёбу и произносить поочередно отчётливо да - ды. При произнесении слога да язык отводится к центру нёба, при произнесении ды - перемещается к бугоркам за верхними резцами. Сначала упражнение выполняется медленно, затем темп убыстряется. При произнесении должна ощущаться выдыхаемая струя воздуха.

*Методические указания.*

- Следить, чтобы губы не натягивались на зубы. Нижняя челюсть не должна двигаться. Произнесение да - ды должно быть чётким, не хлюпающим, кончик языка не должен подворачиваться.

### **5. «Автомат»**

*Цель:* Вырабатывать подъём языка, гибкость и подвижность кончика языка.

*Описание.* Рот открыт. Губы в улыбке. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук т - т - т - сначала медленно, постепенно убыстряя темп.

*Методические указания.*

Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, звук т носил характер чёткого удара, а не хлюпал, кончик языка не подворачивался, ощущалась выдыхаемая воздушная струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги: при правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

При отборе материала для артикуляционной гимнастики соблюдается определённая последовательность, надо идти от простых упражнений к более сложным. Проводятся упражнения эмоционально, в игровой форме. Упражнения выполняются сидя перед зеркалом, дети должны видеть лицо педагога и своё лицо.

При образовании различных звуков каждый орган занимает определённое положение. В речи звуки произносятся не изолированно, а один за другим, поэтому органы артикуляционного аппарата должны быстро менять своё положение. Чёткого произношения звуков, слов, фраз можно добиться, сами органы артикуляционного аппарата будут достаточно подвижны, а работа их координирована.