



И. А. ВОЛОШИНА
АРТИКУЛЯЦИОННАЯ
ГИМНАСТИКА
ДЛЯ ДЕВОЧЕК

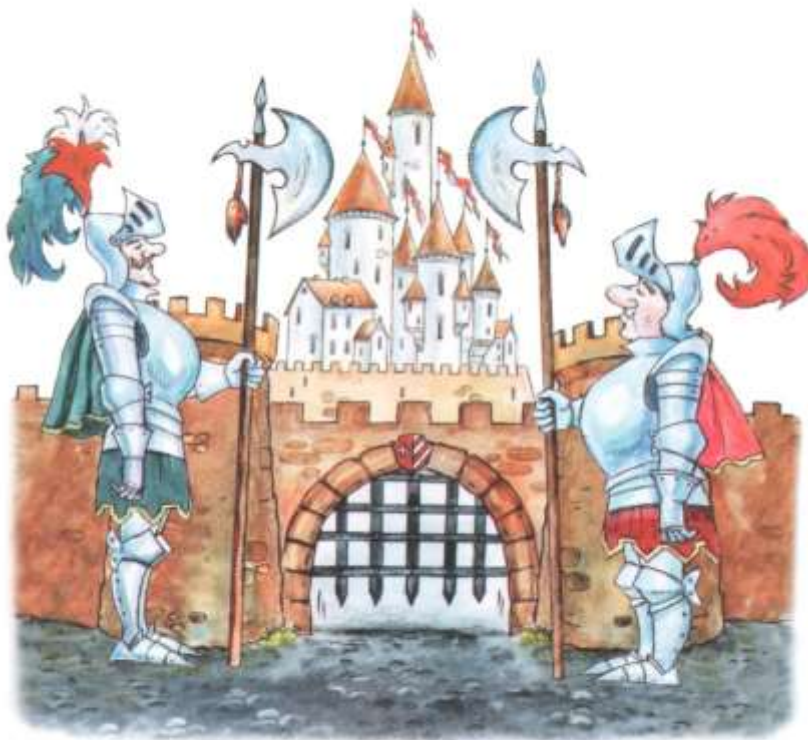


Артикуляционная гимнастика – это ряд упражнений для мышц лица, губ, язычка, помогающих подготовить артикуляционный аппарат к произношению того или звука, выработать силу, ловкость и точность движений.

Гимнастику для язычка рекомендуется выполнять перед зеркалом. Логопед показывает образец выполнения упражнения, а ребёнок повторяет за ним. Каждое упражнение необходимо выполнять 5- 7 раз. Продолжительность гимнастики для детей 6-7 лет - 10 минут.

Для того чтобы повысить интерес девочек к выполнению сложных и скучных упражнений и превратить каждодневные тренировки в весёлую увлекательную игру, мы предлагаем отправиться в путешествие по различным сказкам. Девочки встретятся с Золушкой, Мэри Поппинс, Красной шапочкой, Машенькой из «Трёх медведей», Русалочкой и другими сказочными персонажами.

Двери настезь распахни,
Сказка ждет нас впереди!



*Спокойно открыть рот, подержать его
открытым 3-5 секунд, медленно закрыть рот*

Фея улыбается,
Сказка начинается!



*Растянуть губы в улыбку, показать
все зубки, челюсти сомкнуты*

Трубачи вовсю трубите!
Всех на бал вы созовите!



Вытянуть губы вперед в виде трубы

Из большущей тыквы этой
Будет Золушке карета!



*Надуть щёчки, удержать воздух внутри полости
рта в течение 3-5 секунд*

Посмотрите - царь Кощей!
Исхудал совсем злодей!



Втянуть щёчки между зубами в полость рта, губы сомкнуты. Удержать щёчки внутри полости рта в течение 3-5 секунд

Наш ковер-самолет отправляется в полет!



Открыть рот, высунуть широкий расслабленный язычок так, чтобы он лежал на нижней губе. Удерживать язычок на нижней губе в течение 3-5 секунд

Смотрит Настенька в окно,
Крутит нить веретено.



*Открыть рот, высунуть узкий напряжённый
язычок.*

Принцесса под дождем гуляла
Замерзла очень и устала.



*Рот открыть. Поднять язычок к верхним « бугорочкам» (альвеолам).
Стучать язычком по нёбу: «д – д –д - д- д». Упражнение выполнять на
выдохе. Следить за тем, чтобы подбородок не двигался.*

Облизала губки Маша -
Очень ей по нраву каша!



Рот открыть, улыбнуться. Кончиком язычка касаясь губ, провести по кругу в одну сторону, потом в другую сторону. Следить за тем, чтобы подбородок не двигался.

Принцессе было не до сна,
Мешала ей горошина.



Рот раскрыт, губы сомкнуты. Провести кончиком языка по внутренней стороне щеки слева, справа, за губами.

Золушка полы метёт,
Песню звонкую поёт!



Рот открыть, улыбнуться. Высунуть язычок. Двигать языком вправо-влево, касаясь уголков рта. Следить за тем, чтобы язычок двигался по воздуху, не касаясь нижней губы.

Помоет Золушка стекло:
Вверху, внизу протрёт его.



Рот раскрыть, улыбнуться. Проводить кончиком языка из стороны в сторону сначала по внутренней поверхности верхних зубов, затем - нижних. Выполнять 5-10 секунд.

Потолок потом протрет
И немного отдохнет.



Рот раскрыть. Проводить кончиком языка вперед- назад по нёбу. Выполнять движения 5-7 раз.

Гуси-лебеди летят,
Крылья в воздухе шумят.



Рот раскрыть, улыбнуться. Высунуть язычок. Поднимать широкий язычок на верхнюю губу, опускать на нижнюю. Следить за тем, чтобы подбородок не двигался.

Карета по мосту летит,
В ней Золушка на бал спешит.



Рот открыть, улыбнуться. Зацепиться кончиком язычка за нижние зубы, спинку язычка выгнуть. Удерживать данное положение 3-5 секунд.

Конь бежит, земля дрожит,
Принц к невесте в дом спешит.



*Рот открыть. Щёлкать языком, присасывая его к небу.
Следить за тем, чтобы подбородок не двигался.*

У ворот дракон лежит,
Путь к принцессе сторожит.



Подуть на сомкнутые расслабленные губы : « бр – бр – бр –бр – бр».

Крыльями дракон захлопал,
Конь копытами затопал.



Рот открыт. Широкий расслабленный язычок положить на нижнюю губу. Ритмично закрывать и открывать рот, произнося: «па-па-па». Следить, чтобы язычок лежал на нижней губе, не уходил в ротовую полость.

В замок принц скорей вбегает -
Дверь дубовую толкает.



Рот открыть, улыбнуться. Упереться кончиком языка в верхние зубы, ритмично их толкать 5-7 раз.

Мамочка дала в дорожку
Красной Шапочке лукошко.



*Открыть рот. Высунуть язычок в виде лукошка, корзиночки.
Удерживать язычок в течение 3 - 5 секунд.*

Рак русалочку смешит -
Он клешнями шевелит.



Рот открыть. Широким язычком быстро проводить вперёд-назад по верхней губе. Произносить «бл – бл – бл – бл -бл».

Волосы у Златовласки Гребешком расчешем красным.



*Улыбнуться, сквозь стиснутые зубы просовывать напряжённый язык.
Повторять движения 5-7 раз.*

На гармошке шут играет,
Он принцессу развлекает.



Рот открыть, присосать широкий язычок к верхнему нёбу так, чтобы хорошо натянулась уздечка. Ритмично закрывать и открывать рот, не отрывая язычок от нёба.

Вьюга, ветер завывают -
К Каю Герду не пускают.



Рот приоткрыть, улыбнуться. Кончик языка поставить на верхние зубки с внутренней стороны, петь «ы -ы - ы -ы- ы». Выполнять 5-7 секунд.

Зонт раскрыт над головами -
Мэри Поппинс снова с нами.



Рот открыть, присосать широкий язычок к верхнему нёбу так, чтобы хорошо натянулась уздечка. Удерживать данное положение языка в течение 5-10 секунд.