

Примерный комплекс упражнений артикуляционной гимнастики с детьми 5-6 лет

Чёткое и правильное выполнение артикуляционных упражнений, включённых в ежедневную 3-5 минутную артикуляционную гимнастику, является неременным условием формирования качественной артикуляционной моторики, и, следовательно, фонетически чистого, правильного произношения звуков. Задача логопеда – познакомить воспитателей общеобразовательных групп и родителей дошкольников с правилами проведения артикуляционной гимнастики, убедить их в значимости и пользе ежедневных артикуляционных упражнений.

Так как речь онтогенетически, анатомически, и функционально связана с двигательной функциональной системой, следует учитывать и принцип двигательно-кинестетической стимуляции. Поэтому предлагаемые комплексы содержат сочетанные артикуляционные упражнения с движениями рук и пальчиковые упражнения для одновременной тренировки вестибулярного аппарата, общей координации движений, совершенствования артикуляционной и тонкой моторики. Артикуляционная гимнастика проводится ежедневно по 3-5 минут; выполняется стоя или сидя с обязательным соблюдением осанки. Каждое упражнение выполняется от 5 до 20 раз. Работа с детьми должна быть динамичной, эмоционально приятной, неустойчивой и разнообразной. В течение недели используется по два комплекса, а весь комплекс упражнений рассчитан на месяц.

Комплекс 1

1. «Улыбка»- согнутые в локтях руки перед грудью ладонями вперёд, губы, зубы сомкнуты. Растянуть разомкнутые губы, одновременно развести руки в стороны и произнести длительно и протяжно звук И.
2. «Крокодил» - широко раскрывать и закрывать рот в сопровождении движений рук, вытянутых вперёд и имитирующих ладонями движения пасти крокодила.
3. «Лопата» - пошлёпывание губами кончика широкого языка, губы при этом растянуты в улыбке. Прямые руки подняты вверх, пальцы сжимаются в кулаки и с силой разжимаются.
4. «Качели» - рот широко открыт, движения языка к верхней - нижней губе. Руки вытянуты вперёд, кисти рук при этом так же движутся вверх – вниз.
5. «Лошадка» - прямые руки вытянуты вперёд. Улыбнуться, показать зубы, щёлкать языком медленно, сильно. По команде одновременно с цоканьем языком сжимаются и разжимаются кулаки рук.
6. «Болтушка» - рот широко открыт, прямые руки подняты вверх. Одновременно с движениями широкого мягкого языка вперёд- назад, и в такт с этими движениями, так же вперёд - назад двигаются мягкие, расслабленные кисти рук (локти не сгибать).

Комплекс 2

1. «Улыбка» (см. комплекс.1).

2. «Трубочка»- одновременно с длительным и протяжным произнесением звука У (вытянуть губы вперёд трубочкой) соединить ладони перед грудью, а локти развести в стороны.
3. «Болтушка»- (см. комплекс 1), только руки разведены в стороны.
4. «Качели» - рот широко открыт, движения языка к верхним – нижним зубам. Руки вытянуты вперёд, кисти рук в такт с языком двигаются вверх-вниз.
5. «Часики»- руки перед грудью ладонями вперёд, пальцы каждой руки плотно прижаты друг к другу. Движения языка с одновременным движением кистей рук вправо-влево.
6. «Лошадка»- (см. комплекс.1).

Комплекс 3

1. Чередование «Улыбки» и «Трубочки». «Улыбка»- руки разводятся в стороны, при этом указательные пальцы с большими образуют «колечки». «Трубочка» - кулачки с вытянутым большим пальцем поднимаются вверх.
2. «Лопата» - (см. комплекс 1).
3. «Качели» - (см. комплекс 1), только движения языка к верхним – нижним альвеолам.
4. «Уколы в щёку» - попеременно кончиком языка с усилием давить в правую – левую щёки с внутренней стороны. Руки перед грудью ладонями вперёд. Движения кистей рук одновременно с движением языка вправо – влево.
5. «Лошадка» - (см. комплекс 1).
6. «Маляры» - круговые движения языком по губам, сопровождающиеся синхронными круговыми движениями кистей рук.

Комплекс 4

1. «Крокодил» - (см. комплекс1).
2. «Улыбка»- (см. комплекс1).
3. «Качели»- (см. комплекс 3).
4. «Лошадка»- (см. комплекс 1)
5. «Гармошка» - присосать язык к нёбу, удерживая его в таком положении, улыбаясь, медленно открывать и закрывать рот. Руки вытянуты вперёд, пальцы с силой сжимаются и разжимаются в кулаки.
6. «Болтушка» - (см. комплекс 1), только руки опущены вниз.

Комплекс 5

1. Чередование «Улыбки» и «Трубочки» (см. комплекс 3).
2. «Уколы в щёку»- (см. компл.3).
3. «Маляры» - (см. комплекс 3), только круговые движения языком по зубам.
4. «Лопата» - (см. комплекс 1).
5. «Лошадка» - (см. комплекс 1).
6. «Гармошка» - (см. комплекс 4).

Комплекс 6

1. «Лопата» - (см. комплекс 1).

2. «Вкусное варенье» - широким передним краем языка облизывать верхнюю губу, делая движения языком сверху вниз, но не из стороны в сторону. Руки согнуты в локтях, пальцы в такт движениям языка сжимаются в кулачки и разжимаются.
3. «Болтушка» - (см. комплекс 1), только одна рука поднята вверх, другая опущена вниз.
4. «Уколы в щёку» - (см. комплекс 3).
5. «Качели» - (см. комплекс 3).
6. «Лошадка» - (см. комплекс 1).

Комплекс 7

1. «Улыбка» - (см. комплекс 1).
2. «Лопата» - (см. комплекс 1).
3. «Вкусное варенье» - (см. комплекс 6).
4. «Лошадка» - (см. комплекс 1).
5. «Гармошка» - (см. комплекс 4).
6. «Болтушка» - (см. комплекс 1), только одна рука вытянута вперёд, вторая опущена вниз.

Комплекс 8

1. Чередование «Улыбки» и «Трубочки» (см. комплекс 3)
2. «Лопата» - (см. комплекс 1).
3. «Вкусное варенье» - (см. комплекс 6).
4. «Лошадка» - (см. комплекс 1).
5. «Болтушка» - (см. комплекс 1).
6. «Гармошка» - (см. комплекс 4).