

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Тополек»

## **Картотека артикуляционной гимнастики**

Выполнила:

Александрова Е.А.

с. Казачинское, 2023

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, направленных на развитие подвижности и точности работы органов артикуляционного аппарата (губ, языка, мягкого нёба, нижней челюсти), что необходимо для чёткого произношения звуков. Для детей 3–6 лет такие упражнения особенно важны, так как в этот период активно формируется речь. nsportal.ru +3

### Цели артикуляционной гимнастики

- Выработка качественных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков. nsportal.ru +1
- Развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов речи.
- Укрепление мышц губ, языка, щёк, мягкого нёба и нижней челюсти. nsportal.ru +1
- Формирование умения объединять простые движения в сложные, необходимые для произнесения звуков и слов. mdou210.edu.yar.ru +1
- Профилактика речевых нарушений и подготовка речевого аппарата к сложным звукам (для детей 3–4 лет).
- Коррекция конкретных нарушений звукопроизношения (для детей 5–6 лет).

### Задачи

Орган артикуляции	Задачи гимнастики
Губы	Укреплять мышцы губ, развивать их подвижность, учить удерживать губы в заданной позиции.
Язык	Укреплять мышцы языка, развивать его подвижность, способствовать растяжке подъязычной связки (уздечки), укреплять кончик языка, учить удерживать язык широким («лопаточка»), узким («иглолочка»), в форме «чашечки» и т. д..
Щёки	Укреплять мускулатуру щёк, развивать координацию движений и умение переключаться.
Нижняя	Развивать подвижность нижней челюсти.

Орган  
артикуляции

Задачи гимнастики

челюсть

Мягкое нёбо

Учить контролировать поднятие и опускание мягкого нёба, развивать подвижность мягкого нёба, силу нёбно-глоточного затвора.

### Актуальность

- **Требования ФГОС.** Развитие речевых и коммуникативных навыков — важная часть образовательного процесса.
- **Профилактика и коррекция речевых нарушений.** Своевременная гимнастика помогает предотвратить дефекты произношения, которые могут повлиять на успеваемость в школе и социальную адаптацию. [solncesvet.ru](http://solncesvet.ru) +1
- **Подготовка к обучению.** Чёткое произношение звуков — основа для успешного освоения чтения и письма. [1urok.ru](http://1urok.ru) +1
- **Влияние на личность.** Недостатки речи могут снижать самооценку и уверенность в себе. [prodlenka.org](http://prodlenka.org) +1
- **Увеличение числа детей с речевыми нарушениями.** Актуальность проблемы растёт в связи с ростом количества детей, нуждающихся в коррекции речи.

### Примеры упражнений с целями

Название упражнения	Описание	Цель
«Улыбочка»	Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать мышцы губ в таком положении под счёт от 1 до 5–10.	Вырабатывать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы. Укреплять мышцы губ и развивать их подвижность.

Название упражнения	Описание	Цель
<b>«Хоботок»</b>	Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5–10.	Вырабатывать движение губ вперёд, укреплять мышцы губ, их подвижность.
<b>«Домик открывается»</b>	Слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука «а»: «а-а-а»), подержать рот открытым 5–10 секунд, медленно закрыть.	Научиться спокойно открывать и закрывать рот, расслабляя мышцы языка. Удерживать губы и язык в заданном положении.
<b>«Обезьянка»</b>	Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удержать его в таком положении не менее 5 секунд.	Отрабатывать движение языка вниз с одновременным выполнением более тонких движений. Укреплять мышцы языка.
<b>«Бульдог»</b>	Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд.	Тренировать подъём языка с одновременным выполнением более тонких движений. Укреплять мышцы языка.

Название упражнения	Описание	Цель
«Катушка»	Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперёд и убирать в глубь рта. Упражнение повторить 8–10 раз в спокойном темпе.	Развивать подвижность языка и укреплять его мускулатуру.
«Жуём блинчик»	Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы (как в упражнении «Горка»), потом выдвинуть его чуть вперёд и покусывать свёрнутый язык 10–15 раз.	Научить ребёнка распластывать язык в положении, нужном для свистящих звуков.

### Рекомендации по проведению

- **Регулярность.** Заниматься ежедневно по 3–5 минут несколько раз в день. [mdou210.edu.yar.ru](http://mdou210.edu.yar.ru) +1
- **Последовательность.** Начинать с простых статических упражнений (удержание позиции), затем переходить к динамическим (ритмичные движения). [mdou210.edu.yar.ru](http://mdou210.edu.yar.ru) +1
- **Использование зеркала.** Дети должны видеть свои органы артикуляции, чтобы контролировать правильность выполнения.
- **Игровая форма.** Использовать стихи, сказки, игрушки, чтобы поддерживать интерес. [mdou210.edu.yar.ru](http://mdou210.edu.yar.ru) +1
- **Индивидуальный подход.** Учитывать возрастные особенности и уровень подготовки ребёнка. Для детей 3–4 лет достаточно запомнить основные упражнения и научиться их выполнять, для детей 5–6 лет — требовать более чётких и быстрых движений.
- **Контроль качества.** Следить за точностью и плавностью выполнения упражнений, а не за их количеством.

Перед началом занятий рекомендуется проконсультироваться с логопедом, особенно если у ребёнка есть выраженные нарушения речи.