

Упражнения для артикуляционной гимнастики для детей подготовительной группы

1. «Забор»

Цель: укрепление мышц губ и развитие их подвижности, формировать умение удерживать губы в улыбке, обнажая верхние и нижние передние зубы.

Описание: сомкнуть зубы и улыбнуться без напряжения, так чтоб были видны верхние и нижние передние зубы; удерживать такое положение под счет от 1 до 10.

Зубки ровно ты смыкаешь

И «забор» ты получаешь,

А сейчас раздвинешь губы

И увидишь свои зубы.

2. «Дудочка»

Цель: формировать умение удерживать губы «трубочкой», укрепление мышц губ и их подвижность.

Описание: сомкнуть губы и в таком положении вытянуть их вперед «трубочкой»; удерживать такое положение под счет от 1 до 10.

Губы сложим в трубочку,

На дудочку похоже.

Подудеть на дудочке -

Без дудочки мы можем.

3. Чередование: «Заборчик» - «Дудочка»

Из зубов заборчик строй

Ровный белый не косою

Губки широко открой

Чтоб заборчик видеть свой

А затем губки сложим в трубочку

Да подудим на дудочке.

Цель: укрепление мышц губ, их подвижность путем смены позиций губ.

Описание: улыбнуться с напряжением, обнажив зубы, затем плавно сменить позицию на вытянутые губы, сомкнув уже зубы. Каждая позиция выполняется по 5 секунд, можно сделать по 5 подходов.

4. «Окно»

Цель: развитие мышечной силы, подвижности мышц губ.

Описание: рот широко открыт, язык в спокойном положении лежит в ротовой полости. Выполнять это упражнение под счет от 1 до 10.

Ротик широко открыт –

Язычок спокойно спит.

5. «Язык здороваётся с подбородком»

Цель: укрепление мышц языка движением вниз, развитие его подвижности; способствовать растяжению подъязычной связки – уздечки (при ее укорочении).

Описание: улыбнуться, открыть рот и широким языком дотянуться вниз до подбородка, после убрать язык в рот. Выполнять упражнение 5-10 раз.

Просыпается язык –

Долго спать он не привык.

И спросил у подбородка:

- Эй, какая там погода?

6. «Язык здороваётся с верхней губой»

Цель: укрепление мышц языка движением вниз, развитие его подвижности; способствовать растяжению подъязычной связки – уздечки (при ее укорочении).

Описание: улыбнуться, открыть рот и широким языком дотянуться до верхней губы, после убрать язык в рот. Выполнять упражнение 5-10 раз.

Улыбнись, не будь груба!

Здравствуй, верхняя губа!

7. Чередование: «Язык здороваётся с подбородком» и «Язык здороваётся с верхней губой»

Цель: укрепление мышц языка движениями вверх и вниз, развитие его подвижности; способствовать растяжению подъязычной связки – уздечки (при ее укорочении).

Описание: улыбнуться, открыть рот и широким языком дотянуться до подбородка, затем языком дотянуться до верхней губы, после убрать язык в рот. Выполнять упражнение 5-10 раз.

8. «Хомяк»

Цель: развитие произвольных движений языка; укрепление мышц языка и щек.

Описание: язык поочередно упирается в левую и правую щеки, задерживаясь в каждом положении на 5-7 секунд.

Языком давить стараюсь

В щеку сильно упираюсь!

Раздалась моя щека,

Как мешок у хомяка.

9. «Круговые движения»

Цель: развитие произвольных движений языка и его подвижность, укрепление его мышц.

Описание: рот закрыт, язык двигается с внутренней стороны и плавно очерчивает кончиком языка круг (правая щека – под верхней губой – левая щека – под нижней губой). Упражнение выполняется по часовой стрелке и против часовой стрелки по 5-6 кругов с каждой стороны.

Мой язык совсем не глуп –

Ходит кругом возле губ.

10. «Воздушные шарики»

Цель: укрепление мышц щек, развитие координаций движений.

Описание: в спокойном темпе поочередно надувать правую и левую щеку, перегоняя воздух из одной щеки в другую. Выполнять упражнение 15-20 секунд.

Шарик слева, шарик справа,

Есть у нас одна забава:

В щеки дуем – чередуем,

То в одну, а то в другую.

11. «Самовар»

Цель: укрепление мышц губ и щек.

Описание: сжать губы и надуть щеки, удерживая воздух 2-3 секунды, после выпустить воздух, через губы произнести: «Пых». Выполнять упражнение 5-7 раз.

Щеки надую и выпущу пар,

И запыхчу, как большой самовар.

12. «Варенье»

Цель: упражнять в движении широкой части языка в форме чашечки вверх; укрепление мышц языка.

Описание: улыбнуться, открыв рот и языком в форме чашечки облизать губу, делая движение сверху вниз по кругу. Выполнять упражнение 10 секунд.

Как будто варенье лежит на губе –

Слижу его в ротик себе.

13. «Фокус – покус»

Цель: обучение направлению воздушной струи посередине языка и вверх, удерживая язык в форме чашечки на верхней губе.

Описание: улыбнуться, открыть рот и положить язык на верхнюю губу так, чтобы боковые края были прижаты, а посередине было небольшое пространство, после чего плавно подуть вверх. Выполнять упражнение 10 секунд.

Я чашечку выведу вперед,

С нее подует ветерок.

14. «Чистим зубки»

Цель: развитие подвижности языка; укрепление кончика языка; развитие координации движений.

Описание: улыбнуться, открыть рот и языком водить по верхним зубам из стороны в сторону, затем по нижним. После язык убираем в рот. Выполнять упражнение 5-10 раз.

Зубки верхние смотри –

Чищу чашкой изнутри.

Зубки нижние смотри –

Тоже чистки просят изнутри.

15. «Лопата Копатыча»

Цель: формирование умения удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащем на нижней губе.

Описание: улыбнуться, открыть рот, вытянуть язык вперед, расслабить его и положить на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от 1 до 10. Выполнять упражнение 5 раз.

Широкий - как лопатка,

Лежит наш язычок,

Он дремлет сладко-сладко,

Улегся и молчок.

16. «Мост»

Цель: обучение удерживания языка в положении, необходимом для произношения свистящих звуков; развитие мышц языка.

Описание: улыбнуться, открыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, так чтоб получилась горка. Удерживать в таком положении язык под счет от 1 до 10. Выполнять 5 раз.

Улыбнувшись, рот открыт –

Там язык, свернувшись, спит.

17. «Ветер с горки»

Цель: обучение удерживанию языка в положении, необходимом для произношения свистящих звуков; укрепление мышц языка.

Описание: улыбнуться, открыть рот, установить язык горкой, а после плавно подуть, воздух должен быть холодным.

С горки дует ветерок,

А несет он – холодок.

18. «Дуга – покой»

Цель: обучение попеременно напряжению и расслаблению мышц языка.

Описание: улыбнуться, устанавливаем кончик языка на нижние зубы, напрягаем язык, что принял форму дуги, удерживаем так 5 секунд, после расслабляем на 5 секунд. Упражнение выполняем по 5 раз.

Ставлю я язык дугой,

И кладу – даю покой.

19. «Укольчики»

Цель: обучение напряжению мышц языка и щек.

Описание: рот закрыт, попеременно языком то в одну щеку упираем его, то в другую, выполнять упражнение 10 секунд.

Язык в укольчик превращу

И в щеки я поставлю.

20. «Кисть»

Цель: укрепление мышц языка и развитие его подвижности.

Описание: улыбнуться, открыть рот и начинать водить кончиком языка по небу, после язык расслабить и рот закрыть. Выполнять упражнение по 10 раз.

Язык как кисточка моя –

Ею небо крашу я!

21. «Лошадка»

Цель: отработка подъема языка со звуком.

Описание: улыбнуться, открыт рот, прижать язык к нёбу, после со звуком его опустить вниз.

Рот широко я открываю

К нёбу язык прижимаю.

Прыгает вниз язычок,

И раздаётся щелчок.