



АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА – ОСНОВА ПРАВИЛЬНОГО ПРОИЗНОШЕНИЯ

Научить детей дошкольного возраста говорить чисто и правильно – важнейшие цели, которые стоят перед логопедами, воспитателями и родителями. Правильное произношение может быть сформировано лишь в том случае, если у ребенка хорошо развиты подвижность и переключаемость органов артикуляции. А именно: мимической мускулатуры, языка, губ, мягкого неба, маленького язычка.

Цель артикуляционной гимнастики как раз и состоит в том, чтобы нормализовать качества выполнения движений: развивать силу, точность, координацию движений, способность удерживать артикуляционную позу и переключаться с одного движения на другое.

Артикуляционная гимнастика может проводиться:

- * Фронтально (с группой), общеразвивающие упражнения;
- * Индивидуально;
- * Подгруппой (3-4 человека), упражнения на определённый звук.

В зависимости от того, чему мы будем учить ребенка, либо переключаться с одной позы на другую, либо удерживать позу, артикуляционные упражнения делятся на **статические** - удержание органов артикуляции в определенной позе и **динамические** – многократное повторение одного и того же движения.

К статическим относятся:

- «улыбка», - «трубочка», - «окошко», - «лопатка», - «иглолочка» они служат для формирования артикуляционного уклада.

Динамические упражнения:

- «улыбка-трубочка», - «качели», - «маятник», - «лопатка-иглолка».

Важны для точности переключения артикуляционной позы в потоке речи.

Методика проведения артикуляционной гимнастики.

В процессе выполнения гимнастики обращается внимание на объем движений, скорость, координированность, точность, плавность, на симметричность работы групп мышц, на поиск позы, удержания ее, переключаемость с одного движения на другое. Упражнения должны проводиться целенаправленно, важно не количество упражнений, а качество их выполнения.

Подбор артикуляционных упражнений осуществляется по основным критериям:

1. Учет нормальной артикуляции нарушенного звука;
2. Учет конкретной формы нарушенного произношения;
3. Учет индивидуальных особенностей и потенциальных возможностей ребенка.

Существуют комплексы упражнений для активных органов артикуляции:

- губ, нижней челюсти, языка, мягкого нёба, мимической мускулатуры (щёк).

А также специфические комплексы упражнений с учетом фонетической группы:

- для заднеязычных звуков; для переднеязычных звуков (т, т', д, д', н, н') звуков; для губных звуков; для свистящих звуков; для шипящих звуков; для сонорных звуков; для мягких звуков; для звонких звуков.

Данные комплексы предлагают при подгрупповой или индивидуальной работе.

Артикуляционная гимнастика

Перед началом артикуляционной гимнастики желательно провести самомассаж лица. Артикуляционная гимнастика длится не более 5-8-10 минут. Чем чаще и качественнее выполняется гимнастика, тем эффективнее пройдет постановка звука. В группах детского сада - после общей зарядки перед завтраком. Каждое упражнение выполняется не более 10 раз. Успешность тренировки в значительной степени определяется правильной дозировкой упражнений. За прием предлагается 3-5 упражнений, при этом учитываются индивидуальные особенности детей. За 1 прием предлагается только 1 новое упражнение.

Не надо забывать и правила личной гигиены. У ребенка всегда должен быть чистый платочек, чтобы вытирать губы, обязательно чисто вымытые руки и лицо .

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

- Улучшить кровоснабжение артикуляторных органов,
- Укрепить мышечную систему языка, губ, щек,
- Научить ребенка удерживать определенную артикуляторную позу, увеличить амплитуду движений, уменьшить спастичность (напряженность) органов артикуляции.

Артикуляционную гимнастику лучше выполнять сидя перед зеркалом, чтобы визуально контролировать выполнение упражнений. Здесь мы приводим комплекс универсальных упражнений для губ и языка, которые выполняются при нарушении основных групп звуков.

1. «Улыбка» («заборчик»)

Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь.

2. «Трубочка» («хоботок»)

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10. Если ребенок не может самостоятельно произвольно вытянуть губы, можно предложить ему дотянуться губками до конфеты. Можно пропеть вместе с ребенком звук У. В дальнейшем можно чередовать упражнения 1 и 2.

3. «Накажем непослушный язычок»

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами, произносить: «Пя-пя-пя-пя...» . Легче всего пошлепать кончик, потом шлепайте серединку языка. Медленно двигайте язык вперед – назад. Упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

4. «Чистим зубы снаружи»

Улыбнуться, приоткрыть рот, показать зубы и широким языком провести с наружной стороны верхних зубов, имитируя чистящие движения зубной щетки. Также «чистим и нижние зубы. Выполнять каждое упражнение по 3-5 раз.

5. «Покусываем язычок»

Улыбнуться, приоткрыть рот, покусать кончик языка. Можно усложнить упражнение одновременно покусывая язык и продвигая его вперед-назад. Это упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

6. «Лопаточка»

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

7. «Чистим нижние зубки» (с внутренней стороны)

Улыбнуться, показать зубы, прикрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны. Двигая язычком из стороны в сторону, следите, чтобы он находился у десен. Упражнение полезно при межзубном сигматизме. При этом полезно использовать вестибулярную пластинку с заслонкой.

8. «Катушка»

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы с внутренней стороны («горка»). Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать вглубь рта (качать горку). Упражнение повторить 8-10 раз в спокойном темпе. Рекомендуют при подготовке языка к постановке свистящих звуков.

9. «Чашечка»

Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашки. Если «чашка» не получается, то надо продолжать делать упражнение 10 «Накажем непослушный язычок». Во время выполнения этого упражнения рекомендуется помогать ребенку поднимать язык при помощи шпателя или пальца. Удерживать в положении «чашечка» в течение 5-10 секунд. Рекомендуется в период подготовки языка к постановке шипящих и соноров.

10. «Вкусное варенье»

Улыбнуться, открыть рот и языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу.

Движения направлены сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки». Нужно следить за тем, чтобы нижняя челюсть во время этого упражнения была неподвижна. Упражнение помогает в подготовке к постановке шипящих и соноров.

11. «Чистим верхние зубы» (с внутренней стороны)

Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движение из стороны в сторону. Кончик языка двигается у верхних альвеол. Упражнение хорошо вырабатывает подъем языка вверх для шипящих и соноров.

12. «Маляр»

Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок») делая движения языком вперед-назад, поглаживая небо.

13. «Барабанщик»

Улыбнуться, открыть рот, поставить язычок за верхние зубы, звонко, отчетливо, многократно повторять : «Д-Д-Д...». Темп постепенно убыстрять, зубы не сближать. Потом добавить движение ватной палочкой, шариковым зондом или пальчиком поперек языка – получим звук, отдаленно напоминающий Р.

14. «Лошадка»

Улыбнуться, широко открыть рот пощелкать кончиком языка наверху. Ускоряем темп. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

15. «Грибок»

Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась («ножка гриба»).

Удерживать в таком положении язык в течение 5-10 минут. Если так сделать не удастся, то вернуться к упражнению «лошадка». Упражнение направлено на растягивание подъязычной уздечки.

16. «Гармошка»

Выполнять это упражнение можно после того, как удастся удержать язык в положении «грибок». В положении «грибок» открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). Упражнение хорошо растягивает подъязычную связку.

17. «Кучер»

Сомкнуть губы и сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышится характерный звук «тпру».

Вариант: положить между губ широкий край языка и подуть. Язык будет вибрировать вместе с губами. Наденьте маску. Ребенок здорово плюется во время выполнения этого, подготовительного к звуку Р, упражнения.

18. «Иголочка»

Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счет до 10.

19. «Индюк» («болтушка»)

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык на верхнюю губу и производить быстрые движения кончиком языка по верхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от верхней губы. Потом включить голос. Получится смешная «болтушка» (звук похожий на «бл-бл...»)

20. «Качели»

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3- секунд. Так поочередно меняем положение языка 5-6 раз «качаем язычок». Упражнение полезно делать при работе над шипящими и свистящими звуками.

21. «Пароход»

Улыбнуться, поставить язык между зубами, закусить его и петь: « ЪЪЪЪЪ ». Получится звук, очень похожий на Л. Не показывайте образец! Это упражнение является базовым для постановки звука Л.

Вывод:

Артикуляционная гимнастика призвана подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению звуков родного языка.

Автор-составитель: учитель-логопед МБДОУ ЦРР ДС № 18 МОТР
Кравец Анна Давидовна