

«Артикуляционная гимнастика-залог правильного звукопроизношения»

Петрина С.В. учитель-логопед

Гимнастика для рук, ног — дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы: чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными.

А вот зачем язык тренировать? ведь он и так «без костей».

Язык — главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением.

Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляционно – мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно.

Образование звуков речи – это сложный двигательный навык:

- для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи- язык, губы, небо);
- артикуляция связана с работой многочисленных мышц (артикуляционных, жевательных, мимических, глотательных);
- процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, легкие, диафрагма, межреберные мышцы).

Чтобы создать основу для произношения звуков речи и коррекции речевых нарушений, ребенку предстоит научиться управлять своими органами артикуляции, а поможет ему в этом специальная артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объём и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую для произнесения того или иного звука.

Цель артикуляционной гимнастики– выработка полноценных движений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков и объединение простых движений в сложные артикуляционные уклады.

Необходимо вырабатывать следующие качества у детей: точность, чистоту, плавность, силу, темп, переключаемость движений.

Постановка звуков– искусственный процесс, с физиологической точки зрения – это создание нового речевого рефлекса. Работу по автоматизации звука следует рассматривать как торможение старых стереотипов и выработку новых. Эта работа трудна для детской нервной системы, поэтому необходимо соблюдать следующие принципы:

- постепенность
- доступность
- систематичность.

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.
2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.
3. Очень часто ребенок не может произнести звук из-за слабых мышц губ, щек и языка. Тогда нужны укрепляющие упражнения.
4. Некоторые дети не могут быстро перейти с одного звука на другой. Для них тоже есть специальные упражнения на переключения.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики.

- Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно 2 раза в день (утром и вечером), по 5-7 минут, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись.
- Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например, что делают губы? что делает язычок? где он находится вверху или внизу? Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.
- Не следует предлагать детям более 2-3 движений за один раз. При отборе упражнений следует соблюдать определенную последовательность: от простого упражнения - к более сложному.
- Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
- Статистические упражнения (на удержание артикуляционной позы в одном положении) выполнять по 10-15 секунд.
- Динамические упражнения (на смену артикуляционных поз) выполнять 5-7 раз.

- Движения проводить неторопливо, четко, ритмично.
- Начинать артикуляционную гимнастику лучше с упражнения для губ. Выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки и руку ребенка, имитируя движения языка.

ПОМНИТЕ, гимнастика не должна ребенку надоедать, следите, чтобы ребенок от нее не уставал!!!

Базовый комплекс артикуляционной гимнастики.

Упражнения для формирования позиции губ

- "Улыбка". Удерживание губ в улыбке, зубы не видны.
- "Заборчик". Рот закрыт. Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.
- "Хоботок". Вытягивание сомкнутых губ вперед.
- "Бублик". Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть выдвинуты вперед. Верхние и нижние резцы обнажены.
- "Кролик". Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

Упражнения для язычка.

- "Птенчики". Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.
- "Лопаточка". Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.
- "Иголочка". Рот открыт. Узкий направленный язык выдвинут вперед.
- "Вкусное варенье". Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.
- "Чашечка". Рот широко открыт. Передний и боковые края широкого языка подняты, но не касаются зубов.
- "Горка". Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.
- "Качели - I". Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку
- "Часики". Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбке. Узким язычком попеременно тянуться к уголкам рта.
- "Змейка". Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать вглубь рта.
- "Грибок". Рот открыт. Язык присосать к небу.
- "Лошадка". Присосать язык к небу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

- "Маляр". Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого неба.
- "Гармошка". Рот открыт. Язык присосать к небу. Не отрывая язык от неба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.
- "Катушка". Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывается» вперед и убирается вглубь рта.