

«Зачем нужна артикуляционная гимнастика?»

Автор- составитель

учитель-логопед

Рыжкова Ю.Р.

Уважаемые родители!

Мне часто приходится часто слышать: «А зачем нужна артикуляционная гимнастика?». В связи с этими вопросами возникла необходимость ответить на данный вопрос.

Люди правильно произносят различные звуки благодаря хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата: языку, нижней челюсти, мягкому небу, голосовым связкам. Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики. Хорошая речь – яркий показатель всестороннего развития ребенка и подготовленности его к обучению в школе. В настоящее время все большее и большее количество детей имеют речевые недостатки, неправильно произносят один или несколько звуков, большинство из которых носят временный, непостоянный характер. Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе. Важность занятий артикуляционной гимнастикой трудно переоценить. Помимо того, что ребенок учится правильно и четко произносить звуки и слова, подобные занятия способствуют:

- Улучшению кровоснабжения артикуляционных органов и их нервную проводимость;
- Улучшению подвижности артикуляционных органов;
- Укреплению мышечной системы языка, губ, щек;
- Уменьшению напряженности артикуляционных органов;
- Подготовки ребенка к правильному произношению звуков;
- Развитию гибкости органов речевого аппарата;
- Научить ребенка удерживать определенную артикуляционную позу.

Показания для занятий артикуляционной гимнастикой

Как правило, выделяют ряд причин и показаний для проведения артикуляционной гимнастики:

- Своевременные занятия артикуляционными упражнениями по развитию речевого слуха и артикуляционной гимнастикой способствуют тому, что многие дети могут самостоятельно научиться говорить чисто и правильно.

- На фоне сложных нарушений звукопроизношения подобные занятия помогут подготовить мышцы для последующего ускорения процесса устранения дефектов речи.
- При правильном, но вялом звукопроизношении артикуляционная гимнастика помогает быстрее выработать четкость произношения и выразительность речи, а также избавиться от «каши во рту». Упражнения бывают статические (неподвижные), направленные на удержание определенного положения губ, языка: чашечка, трубочка... и динамические (подвижные): лошадка, часики, качели... - требуют ритмичного повтора движений, координации движений и переключаемости.

Правила выполнения.

Делать артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, 1-2 раза в день по 3-5 минут. Все упражнения должны выполняться без напряжения (ребенок сидит спокойно, плечи не поднимаются). Каждое упражнение следует выполнять по 5 раз, каждый подход не дольше 5 секунд (под счет, который ведет взрослый). В день добавлять по одному новому упражнению, а при затруднении выполнения упражнения нужно вернуться к более простому.

Статические и динамические артикуляционные упражнения.

Статические:

- «Улыбочка» – ребенок улыбается, скрыв зубы за сомкнутыми губами, положение сохраняется 4-5 секунд;
- «Блинчик» – язычок выкладывается в расслабленном, плоском состоянии на нижнюю губу, но не выдвигается вперед (держим также около 5 секунд);
- «Бегемотик» – малыш держит ротик широко открытым около 5 секунд;
- «Хоботок» – губы складываются в трубочку и вытягиваются вперед, насколько возможно (задержать положение до 5 секунд);
- «Голодный хомячок» – втянуть щеки и задержаться в таком положении на 5-6 секунд.

Динамические:

- «Месим тесто» – язык находится в положении «блинчика», в это время ребенок смыкает-размыкает губы, слегка покусывает язык зубками;
- «Чистим зубки» – кончиком языка малыш должен провести по верхним зубкам слева направо, затем точно так же по нижним;
- «Змейка (стрелочка)» – язычок нужно сделать узким, острым и вытянуть максимально вперед, задержать на несколько секунд;
- «Качели» – с открытым ртом надо поочередно поднимать язычок вверх и опускать вниз. Можно выполнить вариацию: сделать упражнение перед зубками и за зубками;
- «Часики» – с открытым ртом малыш поочередно касается кончиком язычка правого и левого уголка рта;
- «Шарики» – малыш надувает щеки, а затем хлопает по ним пальчиками, выпуская воздух;
- «Сытый хомячок» – надуваются сначала обе щеки, затем каждая по очереди

Что можно делать дома? (Рекомендации логопеда)

При выполнении ребенком статических артикуляционных упражнений взрослому рекомендуется играть на ксилофоне (звуки «до-ре-ми», «ми-ре-до»), дав задание малышу удерживать артикуляционную позу, пока звучит музыка. Когда музыка замолкает, малыш отдыхает – закрывает рот и придает лицу нейтральное выражение. Артикуляционные упражнения можно делать не только под музыку, но и под счет: «Раз-два-три – от-дох-ни!» Когда взрослый говорит, ребенок удерживает артикуляционную позу. Когда взрослый замолкает, ребенок отдыхает. Темп музыки и счета, сопровождающий выполнение статических артикуляционных упражнений, зависит от возраста дошкольника: чем старше ребенок, тем медленнее должен быть темп.

В отличие от статических, динамические упражнения служат для выработки умения переключаться с одной артикуляционной позы на другую, поэтому они должны выполняться под счет «раз-два» (понадобятся метроном или барабан).

Желаем Вам успехов в выполнении артикуляционной гимнастики!

С уважением, Рыжкова Ю.Р.