

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



Эти советы будут полезны тем родителям, дети которых посещают занятия логопеда, а также и тем, кто хочет просто помочь своему ребёнку овладеть правильным звукопроизношением. Произношение звуков - сложный, двигательный навык, которым должен овладеть каждый ребенок. Ведущая роль в работе по исправлению речевого нарушения принадлежит логопеду. Но только занятий с логопедом недостаточно для выработки прочных навыков правильного звукопроизношения, необходимы дополнительные упражнения с родителями.

Основная трудность для родителей - нежелание ребёнка заниматься. Чтобы преодолеть это, необходимо заинтересовать малыша. Важно помнить, что основная деятельность детей - игровая. Все занятия должны строиться по правилам игры! Можно «отправиться в путешествие» в Сказочное Королевство или придумать сказку про весёлого язычка. Редкий ребёнок будет сидеть на месте и впитывать знания.

Очень важной в коррекции речевых нарушений является артикуляционная гимнастика. Она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого нёба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

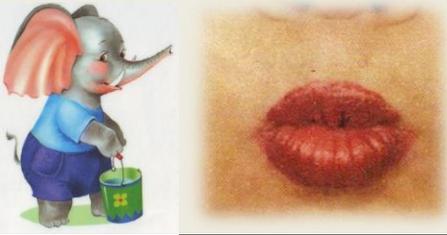
Проводя артикуляционную гимнастику необходимо выполнять следующие рекомендации:

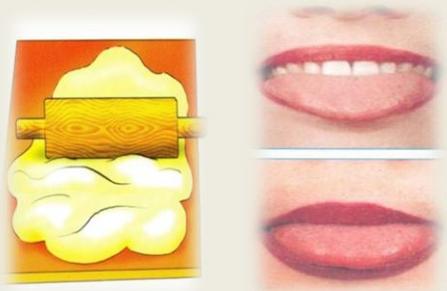
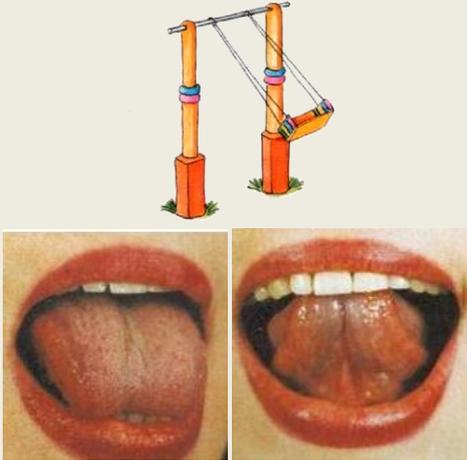
- ❖ Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
- ❖ При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
- ❖ Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- ❖ Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребёнок и взрослый во время

проведения **артикуляционной гимнастики** должны находиться перед настенным зеркалом. После того, как движения будут уяснены, зеркало можно убрать. При этом, полезно задавать ребёнку вопросы: Что делают зубки? Что делает язычок? Где он находится? Затем темп упражнений можно увеличивать и выполнять их под счёт. Но при этом следить за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.

- ❖ Начинать **гимнастику** лучше с **дыхательной гимнастики** (1-2 упражнения) с использованием следующего материала: ваты, соломинки, воздушных шаров, мыльных пузырей, дидактических пособий. Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, **артикуляцию и развитие голоса**. Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлинённым, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков слов, т. е. коротких и длинных.

А теперь переходим непосредственно к **артикуляционной гимнастике**, которую необходимо начинать с упражнений для губ. Вашему вниманию предлагается общий комплекс артикуляционной гимнастики, к которому в дальнейшем будут добавляться новые упражнения.

<p>1. «Улыбочка»/ «Лягушка» Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед. <i>Вот понравится лягушкам Тянем губы прямо к ушкам 1 – 2 – 3 – 4 – 5</i></p>	
<p>2. «Хоботок» Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. <i>Подражаю я слону Губы хоботком тяну 1 – 2 – 3 – 4 – 5</i></p>	
<p>3. «Улыбочка - хоботок» На счет раз – два чередовать упражнения «улыбочка - хоботок»</p>	

<p>4. <u>Пошлепать язык губами.</u> Положить широкий язык между губами и пошлепать его «пя – пя - пя» <u>Пошлепать язык зубами</u> Положить широкий язык между зубами и пошлепать его «та – та - та» Тесто мнем, мнем, мнем, Тесто жмем, жмем, жмем После скалку мы возьмем, Тесто тонко раскатаем, Выпекать пирог поставим. Раз - два – три – четыре - пять, Не пора ли вынимать?</p>	
<p>5. <u>«Блинчик»</u> Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не высовывался далеко, а накрывал только нижнюю губу, а нижняя губа не натягивалась на нижние зубы. <i>Язык как блинчик положи И под счет его держи: 1 – 2 – 3 – 4 – 5</i></p>	
<p>6. <u>«Вкусное варенье»</u> Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху – вниз. Нижние зубы видны. Также можно выполнять круговое облизывание губ.</p>	
<p>7. <u>«Качели на губах»</u> Рот открыт, губы в улыбке. Широкий язык положить сначала на верхнюю губу, затем на нижнюю. Следить, чтобы язык не сужался, губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась. <i>На качелях я качаюсь Вверх – вниз, вверх – вниз</i> <u>«Качели за зубами»</u> Рот открыт, губы в улыбке. Широкий язык положить сначала за верхние зубы, затем за нижние. Следить, чтобы язык не сужался, губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась. <i>На качелях я качаюсь Вверх – вниз, вверх – вниз</i></p>	
<p>8. <u>«Лошадка»</u> Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Следить, чтобы язык был широким, а нижняя челюсть оставалась не подвижной. <i>Я веселая лошадка, Темная, как шоколадка. Язычком пощелкай громко - Стук копыт услышишь звонкий.</i></p>	