

Зачем нужна артикуляционная гимнастика и как её выполнять правильно!



Очень часто ребёнок не может произнести звук из-за слабых мышц губ, щёк и языка. Тогда нужны укрепляющие упражнения. Гимнастика для рук, ног – дело привычное и знакомое. Понятно для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. Очень важно для своевременного правильного становления речи в дошкольном возрасте тренировать и язык. Ведь **язык-главная мышца органов речи**, и для него, как и для всякой мышцы, гимнастика необходима. Он должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением. Детям 2-4 лет артикуляционная гимнастика поможет быстро поставить правильное звукопроизношение. Дети 5-6 лет смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившееся нарушение звукопроизношение. Желательно **артикуляционную гимнастику выполнять перед зеркалом**, т.к. ребёнку необходимо видеть, что делает язык. Мы, взрослые, не задумываемся, где находится язык в данный момент (за верхними или за нижними зубами).

У нас, взрослых, артикуляция-автоматизированный навык, а ребёнку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь. Интересней всего артикуляционную гимнастику проводить в виде сказки или со стихотворением. Каждый нарушенный звук мы как бы раскладываем на составляющие - артикуляционные позиции или упражнения, а потом собираем из них чистый (правильный) звук. Некоторые дети не могут быстро перейти с одного на другой. Для них тоже есть специальные упражнения на переключения. Попробуйте сами перед зеркалом проделать упражнения, задаваемые ребёнку. Не всегда это легко и просто - **уважайте труд ребёнка и не забывайте хвалить не только за результат, но и за старание**. Все упражнения имеют названия. Помощь родителей заключается только в повторении. Взрослый читает название, а ребёнок показывает упражнение. Добивайтесь правильного выполнения. Не стесняйтесь спрашивать у логопеда, если что-то не понятно. Сначала упражнения артикуляционной гимнастики выполняются перед зеркалом, а когда ребёнок научился делать нужные движения, зеркало убирают.

Как правильно проводить артикуляционную гимнастику дома?

- Заниматься следует ежедневно 7 – 10 минут.
- Все упражнения проводятся перед зеркалом (лучший вариант – большое зеркало, где ребенок видит себя и взрослого, но можно и маленькое зеркальце).
- Все упражнения проводятся в виде игры. Запрещено принуждать ребенка заставлять заниматься. Необходимо заинтересовать: «Давай поиграем с язычком...»
- Сначала упражнение проводится медленно, не спеша, 4 – 5 упражнений в день, затем каждый день прибавляем по одному новому упражнению.
- Выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки и руку ребёнка, имитируя движения языка.

Теперь остановимся на том, какие артикуляционные упражнения бывают. Артикуляционные упражнения делятся на статические и динамические.

Статические упражнения – это упражнения, где ребенок выполняет определенный уклад, позу щек, губ, языка. Это такие упражнения, например:

- «Заборчик»,
- «Дудочка»,
- «Чашечка»,
- «Грибочек»,

Статические упражнения должны удерживаться ребенком в течение 7 – 10 секунд, то есть мало показать, главное уметь удержать позу. Например, говорим ребенку: «ты будешь выполнять упражнение, а я буду считать»

Динамические упражнения – это упражнения, где необходимо правильное движения щек, губ, языка. Это такие упражнения, как:

- «Окошко»;
- «Маляр»;
- «Лошадка»;
- «Меси тесто»;
- «Чистим зубки»;
- «Лошадка»;

Эти упражнения тоже проводятся под счет, только при каждом счете ребенку необходимо поменять положение щек, губ или языка. В упражнение «Качели» можно считать, таким образом, ребенок поднимает – опускает язык вверх – вниз, а взрослый считает «кач – кач».



Артикуляционные упражнения:



«Окошко»

- * широко открыть рот – «жарко»
- * закрыть рот – «холодно»



«Мистим зубки»

- * улыбнуться, открыть рот
- * кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы



«Месим тесто»

- * улыбнуться
- * пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...»
- * покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения)



«Машечка»

- * улыбнуться
- * широко открыть рот
- * высунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (т. е. слегка приподнять кончик языка)



«Дудочка»

- * с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)



«Заборчик»

- * улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы





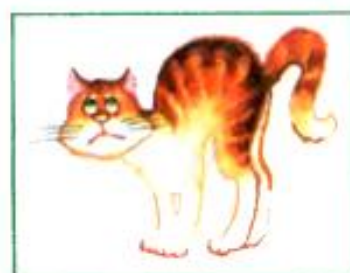
«Маляр»

- * губы в улыбке
- * приоткрыть рот
- * кончиком языка погладить («покрасить») нёбо



«Трибочек»

- * улыбнуться
- * поцокать языком, будто едешь на лошадке
- * присосать широкий язык к нёбу



«Киска»

- * губы в улыбке, рот открыт
- * кончик языка упирается в нижние зубы
- * выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы



«Поймаем мышку»

- * губы в улыбке
- * приоткрыть рот
- * произнести "а-а" и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)



«Лошадка»

- * вытянуть губы
- * приоткрыть рот
- * поцокать "узким" языком (как цокают копытами лошадки)



«Пароход гудит»

- * губы в улыбке
- * открыть рот
- * с напряжением произнести долгое «ы-ы-ы...»

