




Что такое артикуляционная Гимнастика и для чего она нужна?

Мы правильно произносим различные звуки благодаря хорошей подвижности органов артикуляции, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо. Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются у ребенка постепенно, в процессе речевой деятельности. Артикуляционной гимнастикой называются специальные упражнения для развития подвижности, ловкости языка, губ, щек, уздечки. Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики. Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков. Вашим детям артикуляционная гимнастика поможет обрести целенаправленность движений языка, выработать полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными.

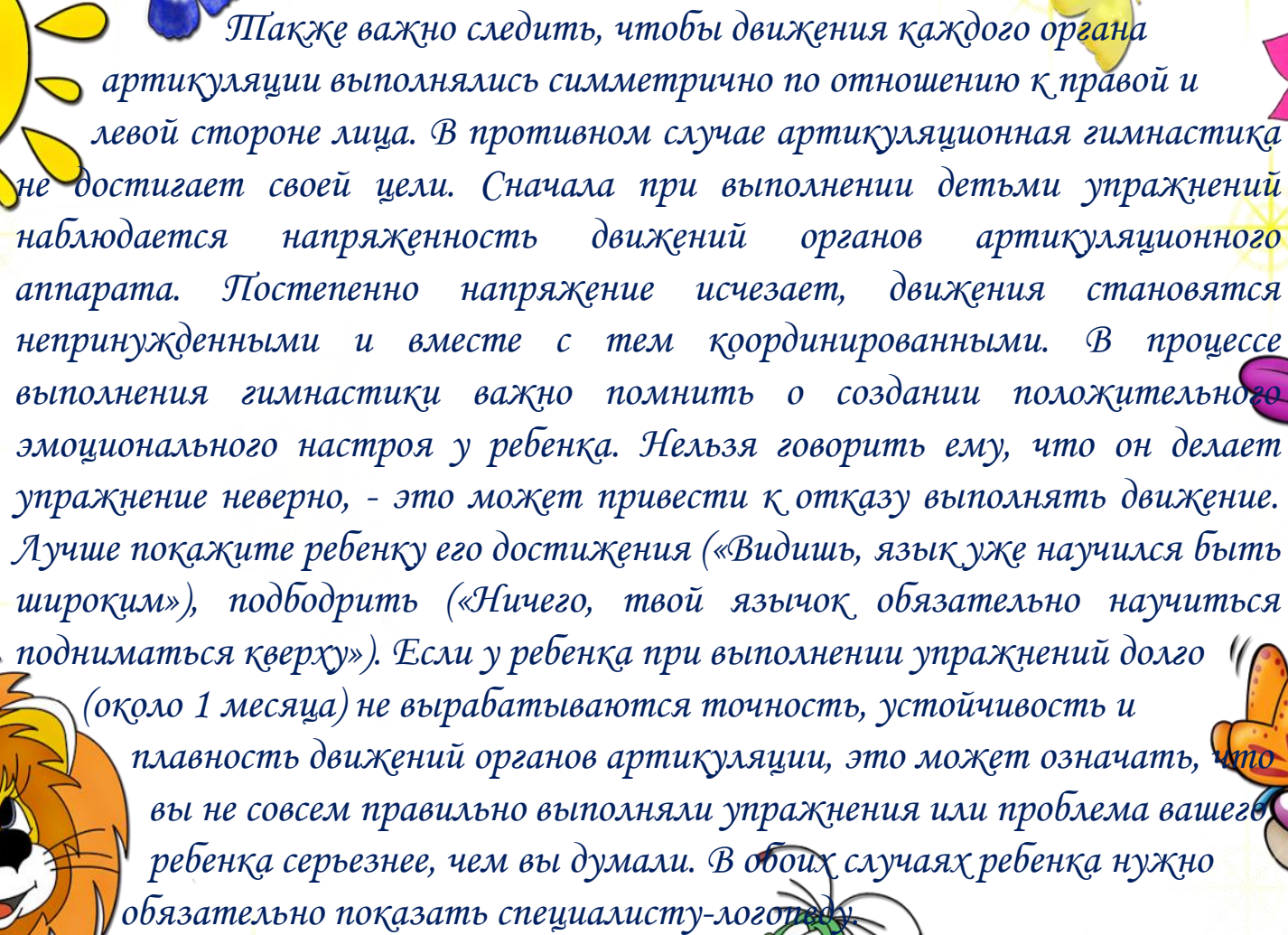




Лучше ее делать 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям больше 2-3 упражнений за раз.

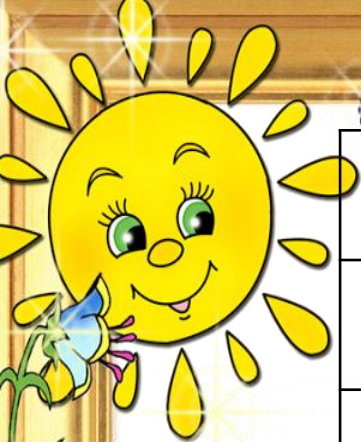
Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9-12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему. Работа организуется следующим образом.

Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы. Показывает его выполнение. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение. Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.



Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели. Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными. В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании положительного эмоционального настроения у ребенка. Нельзя говорить ему, что он делает упражнение неверно, - это может привести к отказу выполнять движение. Лучше покажите ребенку его достижения («Видишь, язык уже научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок обязательно научится подниматься вверх»). Если у ребенка при выполнении упражнений долго (около 1 месяца) не вырабатываются точность, устойчивость и плавность движений органов артикуляции, это может означать, что вы не совсем правильно выполняли упражнения или проблема вашего ребенка серьезнее, чем вы думали. В обоих случаях ребенка нужно обязательно показать специалисту-логопеду.

Улыбочка	Растянуть губы в улыбке. Губы сомкнуты, зубы сомкнуты	Удерживать такое положение на счет до 10.
Заборчик	Широко улыбнуться, показать сжатые зубы (зубы в правильном прикусе)	Удерживать такое положение на счет до 10.
Трубочка	Вытянуть губы вперед (зубы сжаты)	Удерживать такое положение на счет до 10.
Трубочка - заборчик	Чередовать упражнения «Трубочка» и «Заборчик»	Чередовать 5 раз – «трубочка», 5 раз – «заборчик»
Непослушный язычок	Широкий плоский кончик языка пошлепать губами, произносить «пя-пя-пя»	Повторить 10 раз
Лопаточка	Широкий плоский кончик языка положить на нижнюю губу, сказав один раз «пя». Язык не должен двигаться. Рот чуть-чуть приоткрыт.	Удерживать такое положение на счет до 10. Повторить 2-3 раза.
Иголочка	Сделать узкий кончик языка, ребенку объяснить, как будто хочешь дотянуться до стола. Язык не должен двигаться. Рот чуть-чуть приоткрыт.	Удерживать такое положение на счет до 10. Повторить 2-3 раза.
Лопаточка – иголочка	Чередуем упражнение «лопаточка» и упражнение «иголочка»	Чередовать: 5 раз – лопаточка, 5 раз – иголочка





Чистим зубы	Открыть широко рот, улыбнуться, показать зубы. Затем кончиком языка «чистить зубы» изнутри, двигая им вправо и влево (сначала нижние зубы, затем верхние). Губы улыбаются все время, нижняя челюсть не двигается.	Повторить по 5-6 движений в каждую сторону
Вкусное варенье	Приоткрыть рот и облизать губы языком по кругу по часовой и против часовой стрелки. Широким плоским кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз. При этом должны быть видны нижние зубы (зубы не прикусывают язык).	Повторить по 4-5 раз в каждую сторону.
Часики	Приоткрыть рот, высунуть язык и двигать им вправо-влево от одного угла рта до другого.	Повторить по 5-6 движений в каждую сторону.
Качели	Широко открыть рот, высунуть язык и двигать им от верхних зубов к нижним зубам. Нижняя челюсть не двигается, зубы не прикусывают язык.	Повторить по 5-6 движений в каждую сторону.



Грибок	Язык присосать к небу (как в упражнении «Лошадка» перед цоканием)	Удерживать на счет до 10. Повторить 2-3 раза
Гармошка	Сделать упражнение «Грибок». Двигать нижней челюстью вверх-вниз.	Повторить 5-6 раз.
Лошадка	Приоткрыть рот, улыбнуться, показав зубы. Цокать языком. Стараться не двигать нижней челюстью.	Повторить 10 раз
Конфетка	Упереться кончиком языка в щеку (губы сомкнуты, а зубы раздвинуты). Затем упереться в другую щеку.	Повторить по 2-4 раза с левой и правой щекой.
Горка	Широко открыть рот, улыбнуться, показать зубы. Кончиком языка упереться в нижние зубы. Спинка языка поднимается вверх. Язык твердый, не «вываливается» за зубы.	Удерживать в таком положении на счет до 10. Повторить 2-3 раза.



Желаю удачи!

