

Консультация для родителей на тему «Что такое артикуляционная гимнастика и для чего она нужна?»

Подготовила:
учитель-логопед, Оржинская Н.И.

Своевременное овладение правильной, чистой речью имеет важное значение для формирования полноценной личности. Человек с хорошо развитой речью легко вступает в общение. Он может понятно выражать свои мысли и желания, задавать вопросы, договариваться с партнёрами. И наоборот, неясная речь весьма затрудняет взаимоотношения с окружающими и нередко откладывает тяжёлый отпечаток на характер человека.

Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребёнка к успешному обучению в школе. Недостатки речи могут привести к неуспеваемости, породить неуверенность малыша в своих силах, а это будет иметь далеко идущие негативные последствия. Поэтому начинать заботиться о правильной речи ребёнка надо как можно раньше. Невмешательство в процесс формирования детской речи почти всегда влечёт за собой отставание в развитии. Дефекты звукопроизношения, возникнув и закрепившись в детстве. С большим трудом преодолеваются в последующие годы и могут сохраниться на всю жизнь.

Артикуляционные упражнения способствуют укреплению мышц речевого аппарата, формируют правильные, полноценные движения артикуляционных органов (языка, губ, нижней челюсти и др.), улучшают дикцию; поэтому артикуляционная гимнастика необходима детям, имеющим речевые нарушения, и полезна всем детям, как с целью профилактики нарушений, так и с целью развития речи.

Артикуляционная гимнастика – это совокупность особых, с определенной целью подобранных упражнений, способствующих укреплению мышц артикуляционного аппарата и развитию силы, ловкости и дифференцированности движений артикуляционного аппарата.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те движения и положения органов артикуляционного аппарата, в результате которых образуются звуки, составляющие фонетическую систему данного языка.

Самым подвижным органом является язык. Он состоит из корня (основание, которым язык прикреплен к подъязычной кости) и спинки, в которой различают переднюю, среднюю и заднюю части. Особо можно выделить кончик языка, которым как бы заканчивается передняя часть языка, и боковые края передней и средней частей языка, так как от их работы зависит качество звуков. *В образовании звуков также играет роль подвижность губ.* Губы могут вытягиваться в трубочку (при звуке у), округляться (при звуке о), обнажать передние верхние и нижние зубы (при звуках и, с, з, ц, л и др.), слегка выдвигаться вперед (при звуках ш, ж). Но наибольшей подвижностью обладает нижняя губа. Она может смыкаться с верхней губой (при звуках п, б, м), образовывать щель, приближаясь к верхним передним зубам (при звуках ф, в). *Нижняя челюсть может опускаться и подниматься, меняя этими движениями объем полости рта, что особенно важно при образовании гласных звуков. Мягкое нёбо может подниматься и опускаться.* Когда мягкое нёбо опущено, выдыхаемая струя воздуха проходит через нос, в

результате чего образуются носовые звуки м, м', н, н'. Если мягкое нёбо поднято, а маленький язычок прижимается к задней стенке глотки, то закрывается проход в носовую полость. Выдыхаемая струя воздуха идет через рот, и образуются ротовые звуки (все звуки, кроме м, м', н, н'). Развитию подвижности мягкого нёба способствуют упражнения типа «Подуть на одуванчики», «Ветер срывает листок» (покашлять с открытым ртом на листок, подвешенный на ниточке). Итак, при образовании различных звуков каждый орган занимает определенное положение. В речи звуки произносятся не изолированно, а один за другим, поэтому органы артикуляционного аппарата должны быстро менять свое положение. Четкого произношения звуков, слов, фраз можно добиться, если органы артикуляционного аппарата будут достаточно подвижны, а работа их — координирована.

Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.

- Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы выработываемые у детей навыки закреплялись. Лучше ее делать 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям больше 2-3 упражнений за один 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.
- Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.
- 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 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

Работа организуется следующим образом.

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.
2. Показывает его выполнение.
3. 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 научиться подниматься кверху»).

Предлагается несколько несложных упражнений из артикуляционной гимнастики!

Упражнения для губ.

Упражнение «Заборчик»

Сомкнуть губы и широко улыбнуться, показав верхние и нижние зубы. Удержать положение под счет от 1 до 5. Выполнить упражнение «Заборчик» и раскрыть рот, сохраняя положение улыбки. Удержать под счет от 1 до

Упражнение «Кролик»

Зубы сомкнуты. Научиться удерживать поднятую вверх верхнюю губу, показав верхние зубы, как кролик. Научиться удерживать опущенную вниз нижнюю губу так, чтобы показать нижние зубы.

Упражнение «Улыбка-колесо»

Сначала улыбнуться широко, затем вытянуть губы вперед, окружив их колесом, при этом произносим звуки [и] – на улыбке, [о] – как колесо. Сначала радостно и громко – [иии – ооо], затем беззвучно – [иии – ооо].

Упражнение «Улыбка-хоботок»

Улыбнуться широко, затем вытянуть губы вперед трубочкой, как хоботок у слона, при этом произносим звуки [иии] – на улыбке, [ууу] – представляя хоботок.

Упражнение «Арбуз»

Широко открыть рот, как при произнесении звука [а]. Кончик языка находится у нижних зубов. Удержать это положение под счет от 1 до

Упражнение «Замочек»

Смыкание и размыкание губ, как будто замочек закрывается и открывается.

Упражнение «Оскал»

Показать верхние и нижние зубы, подняв верхнюю губу вверх, а нижнюю оттянув вниз. Чередование движений: смыкание – размыкание губ с последующим оскалом.

Упражнение «Надуем и хлопнем шарик»

Надуть щеки, удержать воздух, затем с силой вытолкнуть воздух наружу.

Упражнение «Кучер»

Пофыркать, как лошадка, заставив струей выдыхаемого воздуха вибрировать расслабленные губы.

Упражнения для языка.

«Лопатка» («Блинчик»)

Попросите ребенка представить себе язычок широким, как лопатка или как блинчик на сковородке.

Широкий язык спокойно лежит на нижней губе. Нужно удержать его под счет от 1 до 5. Если не получается, надо выполнить упражнение «Наказать язычок».

«Язычок спрятался»

Из положения «широкий язык на нижней губе» убрать язык в рот, уперев кончик языка в нижние зубы. Удержать язык в этом положении под счет от 1 до 5.

«Жало»

Сделать язык узким, заострить кончик языка и тянуть язык к зеркалу, как жало.

«Желобок»

Положить широкий язык на нижнюю губу и воспроизвести желобок, поднять вверх боковые края языка.

«Кошка сердится»

Рот широко открыт, кончик языка упирается в нижние зубы. Поднять спинку языка к верхним зубкам, прижать и удерживать под счет от 1 до 5.

«Проворный язычок»

Просовывание широкого языка сквозь сомкнутые зубы.

«Покусываем язычок»

Покусывание языка с продвижением от кончика к спинке и обратно.

«Наказать язычок»

Похлопывание языка губами, сопровождаемое произношением слогов *ня-ня-ня* или *мя-мя-мя*.

«Часики»

Перемещать кончик языка в правый угол рта, в левый. При этом сохранять положение губ в улыбке и следить, чтобы язык перемещался между губами, а не по нижней губе.

«Качели»

Широко раскрыть рот, поднять кончик языка вверх, за верхние зубы, опустить к нижним. Выполнять под счет: *раз-два* или под команду *вверх-вниз*.

«Чашечка»

Выполнить упражнение «Лопатка», поднять вверх кончик и боковые края языка так, чтобы получилась «чашечка». Удерживать под счет от 1 до 5.

«Вкусное варенье»

Выполнить упражнение «Чашечка». Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и, не отрывая языка от губы, занести кончик языка в рот, как бы слизывая с губы варенье.

«Подуй на челку»

Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и подуть на челку, как будто ветерок повеял.

«Сдуй с носа ватку»

Из положения языка на верхней губе сдуть с кончика носа легкую ватку или пушинку.

«Дотронься язычком»

Рот широко открыт. Кончиком языка прикасаемся к нижней губе, затем к верхней.

«Нарисуй круг»

Рот широко открыт, кончиком суженного языка совершаем круговые движения по поверхности верхней и нижней губы вправо и влево.

«Посчитай зубы»

«Пересчитываем» зубы, упираясь кончиком суженного языка в каждый.

«Индюк»

Рот широко открыт. Широким кончиком языка производим движения по верхней губе вперед, назад, не отрывая язык от губы. Сначала движения беззвучные, потом подаем голос и подражаем индюку: «*бла-бла-бла*».

«Чистим зубы»

Рот широко открыт. Кончиком языка «чистим» зубы верхние, потом нижние, двигая языком вправо-влево, изнутри и снаружи.

«Маляр»

Рот широко открыт. Кончиком языка от верхних зубов к мягкому нёбу и обратно делаем медленные движения, как будто кисточкой красим потолок.

«Цоканье»

Губы в улыбке, рот открыт, поднимаем язык к нёбу и щелкаем языком, присасывая кончик языка к нёбу и резко отрывая его.

«Грибок»

Присосать язык к нёбу и медленно открыть рот пошире, чтобы язык стал похож на гриб. Удерживать под счет, резко оторвать язык от нёба.

«Гармошка»

Присосать язык к нёбу, медленно открывая рот пошире и прикрывая (будто играет гармошка). Удерживать язык приклеенным к нёбу.

«Дятел»

Широко открыть рот, поднять язык вверх, прижав боковые края языка к коренным зубам. Удерживая язык в таком положении, кончиком языка стучать в бугорки за верхними зубами (альвеолы): д-д-д.

«Пулемет»

Выполнять упражнение «Дятел», постепенно убыстряя темп движений, будто строчит пулемёт.

«Почесать бугорочки»

С силой задувая на кончик языка, «чесать бугорочки» за верхними зубами, двигая языком вперед-назад.

«Ветерок подул»

Просунуть широкий язык между губами и с силой подуть на кончик языка, заставив вибрировать и язык, и губы.

Для нормализации мышечного тонуса органов артикуляции, для более успешной коррекции звукопроизношения можно использовать самомассаж мимических мышц, органов артикуляции.