

Правильное произношение звуков детьми обеспечивается хорошей подвижностью и дифференцированной работой органов артикуляции. Выработать чёткие и согласованные движения органов артикуляционного аппарата помогает **артикуляционная гимнастика**.

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, обеспечивающий тренировку органов артикуляционного аппарата (языка, губ) для правильного звукопроизношения. Она обеспечивает улучшение подвижности органов артикуляции, увеличение объёма и силы движений, а также выработку точности позы губ и языка, необходимой для произнесения того или иного звука.



Бытует мнение, что артикуляционная гимнастика – это не столь важное, несерьёзное занятие, которым можно и не заниматься. Однако это не так.

Систематичное выполнение артикуляционных упражнений позволяет:

1. **Подготовить артикуляционный аппарат** к самостоятельному становлению произношения звуков (таким образом, чем раньше родители с ребенком начинают заниматься артикуляционной гимнастикой, тем быстрее у ребенка появляются звуки родного языка, даже такие трудные как Р, Л).
2. **Быстрее преодолеть речевые дефекты** детям со сложными речевыми нарушениями.
3. **Улучшить дикцию** у детей, про которых говорят «каша во рту» (т.е. у таких детей со сниженным тонусом мышц щек, губ и языка).

Логопедические занятия по коррекции нарушений звукопроизношения проводятся два-три раза в неделю, в зависимости от сложности речевого нарушения. Однако этого недостаточно для коррекции речи. Заниматься с ребёнком необходимо и дома.



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).

Все упражнения проводятся в виде игры. Запрещено принуждать ребенка 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.



Какие бывают артикуляционные упражнения?

Артикуляционные упражнения делятся на статические и динамические.

Статические упражнения – это упражнения, где ребенок выполняет определенный уклад, позу щек, губ, языка и удерживает её под счёт. Статическими упражнениями являются: упражнения «Заборчик», «Окошечко», «Трубочка», «Блинчик», «Иголочка», «Мостик», «Парус», «Чашечка» и другие.

Особенно важны первые два упражнения – «Заборчик» и «Окошечко», так как именно от этих упражнений будут выполняться и другие.

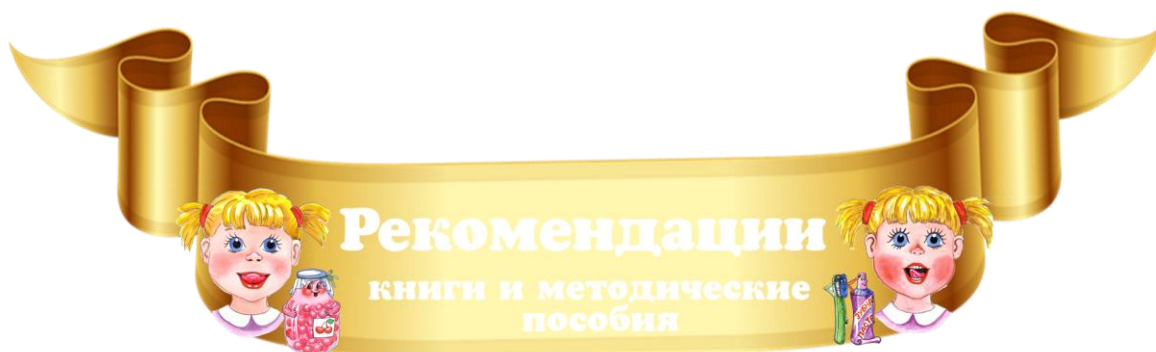
Самое главное в статических упражнениях – умение удержать позу. Упражнения должны удерживаться ребенком в течение 7–10 секунд. Инструкция выполнения для ребенка будет звучать следующим образом: «Ты будешь выполнять упражнение, а я буду считать».

Динамические упражнения – это упражнения, где ребенок выполняет определенные движения губ, языка, щек. К динамическим упражнениям относятся: упражнения «Часики», «Вкусное варенье», «Чистим зубки», «Качели», «Лошадка», «Барабанщик», «Улыбка – трубочка», «Худышки – толстяки» и другие.





Эти упражнения тоже проводятся под счет, только при каждом счете ребенку необходимо поменять положение губ, языка или щек.



Если у ребенка язык дрожит, слишком напряжен, отклоняется в сторону, ребенок не может удержать позу даже короткое время, обязательно обратитесь к логопеду.






- ★ Т. Куликовская «Артикуляционная гимнастика в картинках и стихах».
- ★ Е. С. Анищенкова «Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников».
- ★ Е. Косинова «Артикуляционная гимнастика. Сказки, игры, упражнения для развития речи».
- ★ Е. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика».
- ★ Т. Буденная «Логопедическая гимнастика».

Упражнение	Описание	На что обратить внимание?
Лягушка (лягушка улыбнулась зубками) 	Просим ребёнка улыбнуться, <u>показать</u> верхние и нижние <u>зубы</u> (зубы сомкнуты). <u>Максимально растянуть</u> губы («Тяни улыбку до ушей»). Удерживать под счёт до 5. Выполнять 5 раз.	Следить, что бы верхние зубы стояли на нижних зубах, а не перекрывали их
Хоботок (слоник тянет хоботок) 	Губы вытянуть «трубочкой» вперёд. Выполнять 5 раз.	Следить, чтобы губы были округлены и плотно сомкнуты. Верхние и нижние зубы вместе.
Лягушка – хоботок	Чередовать (медленно, под счёт «раз-два») упражнение «Заборчик» и упражнение «Хоботок». Чередовать 5 -10 раз.	
Накажем непослушный язычок 	Положить широкий язык между губами и пошлепать его, произнося «Пя-Пя-Пя». Под счёт до 7. Выполнять 5 раз.	Похлопать языком губами надо несколько раз на одном выдохе. Выдыхаемый воздух не задерживать.
Лопатка 	Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до 7. Выполнять 5 раз.	Следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы. Язык широкий. Губы не растягивать слишком широко.

Чистим нижние зубки 	Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны («Язык за зубками»), двигая языком вправо–влево. Под счёт до 10. Выполнять 5 раз.	Нижняя челюсть и губы неподвижны. Следить, чтобы кончик языка находился у дёсен, а не скользил по верхнему краю зубов.
Упрямый ослик 	Губы в улыбке, рот приоткрыт. С силой произнести звукосочетание «ИЕ». Кончик языка при этом упирается в нижние зубы.	Следить, чтобы кончик языка находился у дёсен, а не скользил по верхнему краю зубов.
Киска сердится 	Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы (язык за зубами) упирается в нижние. На счет «раз» - выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение. Чередовать положения. Под счёт до 10.	Рот не закрывается. Кончик языка не должен отрываться от нижних зубов, не высовывается из-за зубов. Язык широкий. Не прикусываем ни зубами, ни губами.
Качели 	Улыбнуться, открыть рот. На счёт раз – два поочередно упираться кончиком языка то в верхние, то в нижние зубы. Под счёт до 10.	Нижняя челюсть и губы неподвижны. Двигается только язык.

<p>Вкусное варенье</p> 	<p>Улыбнуться, открыть рот. Широким языком в форме «чашечки» облизывать верхнюю губу. Выполнять 5 раз.</p>	<p>Следить, чтобы: * нижняя губа не обтягивала зубы (можно помочь рукой); * нижние зубы не поддерживали язык.</p>
<p>Чашечка</p> 	<p>Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Боковые края и кончик языка загнуть в форме чашечки. Средняя часть спинки языка опущена, Удерживать на счет до 5.</p>	<p>Следить, чтобы губы не обтягивали зубы, нижняя челюсть была неподвижна</p>
<p>Маляр</p> 	<p>Улыбнуться, широко открыть рот. Поставить кончик широкого языка за верхние зубы. Погладить им нёбо от зубов к горлу и обратно. Выполнять 10 раз.</p>	<p>Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны. Язык не должен высовываться изо рта.</p>
<p>Парус</p> 	<p>Рот открыт, кончик языка поднят за верхние зубы. Удерживать широкий язык под счёт до 7. Выполнять 5 раз.</p>	
<p>Лошадка</p> 	<p>Улыбнуться, открыть рот. Присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка натянулась и резко отпустить язык вниз (кончик языка за зубами). Поцеловать кончиком языка, как цокают лошадки.</p>	<p>Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной</p>

<p>Грибок</p> 	<p>Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – ножка. Удерживать в таком положении под счёт до 7-10. Выполнять 5 раз.</p>	<p>Кончик языка не должен подворачиваться. Губы – в улыбке. Если не удастся присосать язык, то можно поцеловать языком как в упражнении «Лошадка», но в замедленном темпе.</p>
<p>Пончик (бублик)</p> 	<p>Выполнить упражнение «Хоботок». Затем округлить губы так, чтобы были видны зубы. Удерживать на счет до 5. Выполнять 5 раз.</p>	<p>Следить, чтобы зубы были сомкнуты.</p>
<p>Индюк</p> 	<p>Улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх. Двигать языком по верхней губе вперёд – назад, произнося «бл – бл - бл» под счёт до 10. Выполнять 5 раз.</p>	<p>Стараться не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Следить, чтобы язык не сужался (он должен быть широким).</p>