

Консультация для родителей

Артикуляционная гимнастика дома



Взрослые и дети выполняют гимнастику для туловища, рук и ног, чтобы быть ловкими и сильными. **Специальная (артикуляционная) гимнастика нужна и для наших органов речи** - губ, языка и подъязычной уздечки, чтобы они могли выполнять движения, необходимые для четкого проговаривания всех звуков.

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие — увеличить объём и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую 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 (т.е., чем раньше родители с ребенком начинают заниматься артикуляционной гимнастикой, тем быстрее у ребенка появляются звуки родного языка, даже таких трудных как Р, Л).
2. Артикуляционные упражнения помогают детям со сложными речевыми нарушениями быстрее преодолеть речевые дефекты.
3. Артикуляционная гимнастика очень полезна детям, про которых говорят «каша во рту» (т.е. у таких детей снижен тонус мышц щек, губ и языка).
4. Детям 2 - 4 лет артикуляционная гимнастика поможет выработать необходимую подвижность органов речи и избежать нарушений звукопроизношения. Некоторые дети благодаря помощи близких и своевременному началу занятий артикуляционной гимнастикой и упражнениям по развитию речевого слуха сами могут научиться говорить чисто и правильно.
5. Детям 5 -7 лет упражнения для губ и языка помогут исправить дефектные звуки. Сложные нарушения звукопроизношения в этом случае будут преодолены быстрее, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».

Мы, взрослые, не задумываемся, какое положение занимают наши губы и язык в процессе речи, - у нас навык автоматизировался. Ребёнку, чтобы приобрести этот автоматизм, необходимо развить точность и силу движений. Лучше малышу видеть свои органы речи, поэтому гимнастику рекомендуется проводить перед зеркалом, подражая показу взрослого или рассматривая соответствующие фотографии.

Логопедические занятия по коррекции нарушений звукопроизношения проводятся специалистами-логопедами 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 заниматься артикуляционной гимнастикой?

Сначала необходимо познакомить ребёнка с основными положениями губ и языка с помощью весёлых историй о Язычке. На первом этапе малыш должен повторять упражнения 2-3 раза, а затем не менее 5-6 раз.

Не забывайте выполнять задания, направленные на развитие голоса, дыхания и речевого слуха. Это очень важно для правильного звукопроизношения.

Рекомендации к проведению упражнений:

- Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. После того как малыш немного освоится, зеркало можно убрать. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу)?

- Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.

- Лучше заниматься 2 раза в день (утром и вечером) в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка.

- Занимаясь с детьми 3-4-летнего возраста, следите, чтобы они усвоили основные движения.

- К детям 4-5 лет требования повышаются: движения должны быть все более чёткими и плавными, без подёргиваний.

- В 6-7 летнем возрасте дети выполняют упражнения в быстром темпе и умеют удерживать положение языка некоторое время без изменений.

- Если во время занятий язычок у ребёнка дрожит, слишком напряжен, отклоняется в сторону и малыш не может удержать нужное положение языка даже короткое время, обязательно обратитесь к логопеду. Возможно, понадобится помощь врача-логопеда и специальный массаж.

Правильное произношение звуков наряду с богатым словарным запасом и грамматически верной, хорошо развитой, связной речью является одним из основных показателей готовности ребёнка к школьному обучению.

Упражнения для губ.

"Заборчик"

Улыбнуться, обнажить верхние и нижние передние зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 5 до 7.

"Трубочка"

Вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать губы в таком положении под счет от 5 до 7.

"Трубочка"

Раздвинуть губы "заборчиком" в широкой улыбке, затем вытянуть вперед "трубочкой". Чередовать движения 6-7 раз.

Упражнения для языка

"Лопаточка"

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от 5 до 10.

"Желобок"

Высунуть широкий язык, боковые края языка загнуть вверх. Вдох носом, выдох по средней линии языка - по желобку. 5 - 7 раз.

"Качели"

Открыть рот, опустить язык за нижние зубы (с внутренней стороны), потом поднять язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны). Менять положение языка 8-10 раз.

"Вкусное

варенье"

Приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движения языком сверху вниз.

"Чашечка"

Улыбнуться.

Широко открыть рот, высунуть широкий язык и придать ему форму чашечки, приподняв передний и боковые края языка. Удерживать, считая до 10.

"Лошадка"

Рот открыт. Губы в улыбке. Присосать широкий кончик языка к бугоркам за верхними зубами, а затем со щелчком оторвать.

"Грибок"

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и прижать широкий язык всей плоскостью к нёбу. Язык напоминает шляпку грибка, а растянутая подъязычная связка - его ножку.

"Гармошка"

Прижать язык к нёбу (как в "Грибке") и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная связка). При повторении упражнения (до 10 раз) надо стараться открывать рот всё шире и всё дольше удерживать язык в верхнем положении.

"Часики"

Рот приоткрыт, губы слегка растянуты в улыбке. Кончик узкого языка попеременно касается то одного, то другого угла рта. Упражнение проводится под слова «тик» - к одному уголку, «так» - к другому. Следите, чтобы нижняя челюсть не двигалась - работает только язык. Ходят часики «тик-так»,

Язычок умеет так.

Это некоторые основные упражнения, их намного больше. 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:

- «Часики»;
- «Качели»;
- «Лошадка»;
- «Чистим зубки»;
- «Вкусное варенье»;
- «Барабанщик»;
- «Худышки – толстяки» и другие.

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».

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

И в конце я хотела бы порекомендовать книги и методические пособия по артикуляционной гимнастике:

1. Е. Пожиленко «Артикуляционная гимнастика»
2. Т. Куликовская «Артикуляционная гимнастика в картинках и стихах»
3. Т. Буденная «Логопедическая гимнастика»,
4. Е. С. Анищенкова «Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников»,
5. Е. Косинова «Артикуляционная гимнастика. Сказки, игры, упражнения для развития речи».

Данные пособия составлены так, что каждый родитель может без проблем проводить артикуляционную гимнастику со своим ребенком. В книги на каждой странице – одно упражнение, его цель, подробное описание, стишок, проблемы, которые могут возникнуть, и конечно, картинка с правильным выполнением.



1

Окошко (БЕГЕМОТ)

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



2

Чистим зубки

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



3

Месим тесто

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



4

Чашечка

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



5

Дудочка

- с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)



6

Заборчик (ЛЯГУШКА)

- улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы





7

«Маляр»

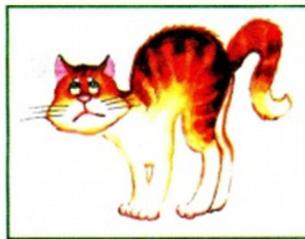
- * губы в улыбке
- * приоткрыть рот
- * кончиком языка погладить («покрасить») нёбо



8

«Трибочек»

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



9

«Киска»

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



10

«Поймаем мышку»

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



11

«Лошадка»

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



12

«Пароход гудит»

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

