

Артикуляционная гимнастика



Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

Все речевые органы состоят из мышц. Если можно тренировать мышцы рук, ног, спины и т.д., значит можно тренировать и мышцы губ и языка. Для этого существует специальная гимнастика, которая называется артикуляционной.

Даже, если ваш ребенок еще не говорит, артикуляционная гимнастика поможет укрепить мышцы органов речи и подготовит базу для чистого звукопроизношения.

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.

2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.

3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».

4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем — и детям и взрослым — научиться говорить правильно, четко и красиво.

Рекомендации к проведению артикуляционной гимнастики.

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 всё более чёткими и плавными, без подёргиваний.

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

- Можно использовать механическую помощь, если у ребёнка не получается какое-либо движение: ручкой чайной ложки или чистым пальцем помогите ребёнку поднять язык вверх.

Отрывок из комплекса артикуляционной гимнастики

1. Жил-был Язычок в своём домике. Проснулся он рано утром, открыл окошко, посмотрел, какая погода, а потом опять в домик спрятался.

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот; сильно высунуть язык и затем спрятать его (рот не закрывать!). Повторить 3-4 раза.

2. Потом посмотрел Язычок налево, посмотрел направо: гуляют ли дети на улице?

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, тянуться язычком то к левому углу рта, то к правому. Повторить 6-8 раз.

3. После этого посмотрел Язычок из окошка вниз: нет ли луж? А потом вверх: светит ли солнышко?

Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, опустить язык вниз — к подбородку, затем поднять язык к носу. Повторить 4-5 раз. Следить, чтобы рот был всё время открыт, а нижняя губа не помогала языку подниматься вверх.

Ч А С И К И Тик-так, тик-так, Ходит маятник вот так!

Цель: вырабатывать умение чередовать движение языка к уголкам рта: вправо – влево. Выполнение: улыбнуться, показать зубы, отклонить высунутый язык вправо, затем – влево. Чередовать движения под счет.

К А Ч Е Л И Вверх – вниз, Выше вверх, Вверх – вниз, И ниже вниз, Ты качаться не ленись, Язычок не торопись!

Цель: выработать умение чередовать движения языка вверх – вниз. Выполнение: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу. Чередовать движения языка от верхней губы к нижней.

П О Ч И С Т И М З У Б К И Чистить зубки часто надо, Мама наша будет рада!

Цель: вырабатывать умение координировать движения языка. Сделать эти движения свободными. Выполнение: рот закрыт. Передней частью языка поочередно облизывать то верхние, то нижние зубы.

Л О П А Т К А Язычок широкий, гладкий – Получается лопатка!

Цель: выработать умение делать язык широким и плоским. Выполнение: приоткрыть рот, положить язык (сделать его широким, распластанным) на нижнюю губу. Удерживать позу.

Желаю вам больших успехов!