Учитель-логопед Елина О.Б.

Артикуляционная гимнастика как эффективное средство формирования правильного звукопроизношения у детей.

Артикуляционная гимнастика занимает одно из ведущих мест в преодолении речевых нарушений у детей. В младшем дошкольном возрасте дети с удовольствием знакомятся со строением артикуляционного аппарата (рот, губы, зубы, язык, щеки). Им доступно выполнение простейших артикуляционно-двигательных и мимических упражнений. Например, «Часики», «Качели», «Окошко» и др.

Вначале малышей учат выполнять статические упражнения, целью которых является разогрев мышц артикуляционного аппарата для последующей работы. Основной трудностью при выполнении статических упражнений является удержание артикуляционной позы в течение некоторого времени.

Затем детей знакомят с динамическими упражнениями: «Лошадка», «Маляр», «Почистим зубки» и др. Дети учатся контролировать движения органов артикуляции вначале посредством подражания за взрослым, потом – перед зеркалом. Взрослый обращает внимание детей на характер движений (быстро, медленно, ритмично, четко, спокойно), на положение органов артикуляции (за зубками, на верхней или нижней губе, вперед-назад, вверх-вниз).

В старшем дошкольном возрасте детей знакомят с такими названиями, как небо, альвеолы, уздечка. Детям становится доступно выполнение более сложных артикуляционных упражнений: «Мотор», «Чашечка», «Иголочка» и др.

В настоящее время существуют разнообразные комплексы артикуляционных гимнастик.

При выполнении артикуляционных упражнений необходимо придерживаться ряда рекомендаций:

1.Упражнения выполнять обычно перед завтраком или после ужина спустя 1,5-2 часа. В течение дня комплекс упражнений повторять 2-3 раза.

2.В зависимости от степени и характера нарушенного звукопроизношения упражнения выполнять от 2-3 до 5-6 дней в неделю.

3.Необходимо сочетать статические и динамические упражнения, направленные на выработку и закрепление правильного звукопроизношения.

4.При выполнении новых упражнений обязательно закреплять «старый» комплекс артикуляционной гимнастики.

5.Каждое упражнение выполнять в течение 1-2 минут с постепенным увеличением темпа движений.

6.Перед выполнением артикуляционных упражнений использовать упражнения на развитие дыхания и голосообразования, мимических мышц, мелкой моторики, речевого, зрительного и слухового восприятия.

Артикуляционная гимнастика

Примерный комплекс упражнений.

1. Дыхательное упражнение «Ракета». Глубокий вдох через нос, руки медленно поднять через стороны вверх, ладони свести вместе, плотно прижав, друг к другу, потянуться вверх, задержав дыхание. Медленный глубокий выдох со звуком А, руки в такт выдоху опускаются вниз через стороны. Выполняется 2- 3 раза.

2. «Болтушка» - рот широко раскрыт, прямые руки подняты вверх. Одновременно с движениями широкого мягкого языка вперед-назад, и в такт с этими движениями, также вперед-назад двигаются мягкие, расслабленные кисти рук (локти не сгибать). Выполняется 5-7 секунд.

3. Чередование «Улыбки», «Трубочки», «Рупора», «Окна».

"Улыбка» - руки в это время разводятся в стороны, пальцы поочередно образуют с большим пальцем колечки.

«Трубочка» - пальцы обеих рук собираются в щепоти и соприкасаются на уровне груди. Выполняется 3-5 раз.

«Рупор» - зубы слегка разомкнуты, губы слегка вытянуты и округлены. Ладони в это время перед грудью сложены корабликом.

«Окно» - рот широко открыт (верхние и нижние зубы видны в "окне"), прямые руки подняты вверх над головой, пальцы с силой разведены.

4. «Болтушка»

5. «Щелканье» («Цоканье») языком - прямые руки подняты верх над головой. По команде одновременно с цоканьем языком сжимаются и разжимаются сначала кулаки обеих рук одновременно, затем поочередно то правой, то левой руки. Выполняется 5-7 секунд.

6. «Болтушка»

7. Упражнение «Крокодил». Широко раскрывать и закрывать рот в сопровождении движений рук, имитирующих движения пасти крокодила: рот широко открыт - в младшем возрасте руки согнуты в локтях с плотно соединенными запястьями и разведенными кистями, одна вверх, другая вниз, пальцы при этом напряжены и разведены с силой, в старшем дошкольном возрасте руки вытянуты вперед. При закрывании рта кисти соединить, плотно сжав ладони и сведя вместе пальцы. Движения сопровождаются движениями глаз: пасть крокодила открыта - широко открыть глаза, пасть закрылась - глаза закрыть, голова при этом неподвижна. Выполняется 3-5раз.

8. «Болтушка»

9. «Качели» - движение языка вверх-вниз. Кисти рук при этом также движутся вверх-вниз. В старшем дошкольном возрасте движения языка и рук сопровождаются синхронными движениями глаз (голова неподвижна).

10. «Болтушка»

11. «Часики» - в младшем возрасте руки согнуты в локтях перед грудью ладонями вперед, пальцы каждой руки плотно прижаты друг к другу (ладошка - "Дощечка"). В старшем дошкольном возрасте руки вытянуты вперед. Движение языка с одновременным движением кистей рук и глаз вправо-влево (голова при этом неподвижна). Выполняется в течение 5-7 секунд.

12. «Болтушка»

13. Упражнение "Змея". Руки согнуты в локтях, кисти охватывают параллельные плечевые суставы (правая кисть - правое плечо, левая кисть - левое плечо). Рот закрыт, язык лежит свободно. Руки резко выбрасываются вперед, пальцы сжаты в щепоти, а язык , как змеиное жало, также выбрасывается вперед. Затем руки медленно сгибаются и возвращаются на плечи, язык - "жало" также медленно расслабляется и возвращается на место. Упражнение выполняется в старшем дошкольном возрасте 3 -5 раз.

14. «Болтушка»

15. «Накажем непослушный язык» - покусывание кончика широкого языка, губы при этом растянуты в улыбке. Руки разведены в стороны, кулаки обеих рук сжимаются и разжимаются в такт движениям челюстей. Выполняется в течение 10 секунд.