

Консультация для педагогов

Артикуляционная гимнастика – основа красивой речи

Учитель-логопед Шушурихина О.С.

Научить детей дошкольного возраста говорить правильно — важнейшая цель, которая стоит перед родителями и педагогами, работающими с детьми. Правильное произношение может быть сформировано лишь в том случае, если у ребенка хорошо развиты подвижность и переключаемость органов артикуляции. Очень важную роль в этом непростом деле играет артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика - это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата.

Артикуляционная гимнастика полезна всем детям, она не только способствует коррекции звукопроизношения, но и улучшению дикции.

Без артикуляционной гимнастики не обходится в своей работе ни один логопед. Не последнее место она должна занимать и в работе воспитателя.

Артикуляционная гимнастика может проводиться:

- Фронтально (с группой), включая в себя общий комплекс упражнений;
- Подгруппой (3-4 человека), включая упражнения на определённый звук;
- Индивидуально.

Упражнения артикуляционной гимнастики делятся на:

- статические (неподвижные), направленные на удержание определенного положения губ, языка;
- динамические (подвижные), которые требуют ритмичного повтора движений, координации движений и переключаемости.

Артикуляционная гимнастика длится не более 5-10 минут. Чем чаще и качественнее выполняется гимнастика, тем эффективнее будет работа. В группах детского сада гимнастику следует выполнять после общей зарядки перед завтраком. Каждое упражнение выполняется не более 10 раз. Успешность тренировки в значительной степени определяется правильной дозировкой упражнений. За прием предлагается 3-5 упражнений, при этом учитываются индивидуальные особенности детей. За 1 прием предлагается только 1 новое упражнение.

Не надо забывать и правила личной гигиены. У ребенка всегда должен быть чистый платочек, чтобы вытирать губы, обязательно чисто вымытые руки и лицо.

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

- Улучшить кровоснабжение артикуляторных органов;
- Укрепить мышечную систему языка, губ, щек;
- Научить ребенка удерживать определенную артикуляторную позу, увеличить амплитуду движений, уменьшить спастичность (напряженность) органов артикуляции.

Начинать заниматься артикуляционной гимнастикой можно с любого возраста, учитывая индивидуальные особенности ребенка.

Детям с двух лет можно делать самые простые артикуляционные упражнения. Малышам будет особенно интересно заниматься, если взрослый расскажет забавный стишок про язычок или покажет подходящую картинку, при этом задорно выполняя упражнение. Можно попробовать такие задания:

«Прятки». Надо показать язык (высунуть как можно дальше, затем спрятать. Повторить несколько раз.

«Дом». Ротик малыша — это «дом». Взрослый стучит по щеке ребенка: «Тук-тук», малыш открывает рот. Взрослый говорит: «Пока-пока», и ротик закрывается.

Детям 3-4 лет упражнения можно усложнить и разнообразить, чередовать статику и динамику: «Заборчик», «Трубочка», «Лопаточка», «Часики», «Чистим зубы», «Качели», «Лошадка».

В работе с детьми после 4-х лет специалисты, как правило, используют комплекс упражнений, направленный на исправление звукопроизношения.

Артикуляционная гимнастика имеет накопительный эффект. Поэтому ее нужно выполнять ежедневно.

Воспитателю не стоит предлагать детям весь комплекс упражнений за один раз. Достаточно будет двух-трех, но правильно выполненных упражнений. Новые упражнения вводим постепенно, не более одного в день. Здесь нельзя гнаться за количеством. Главное – качество! Лучше сделать меньше, но правильно, чем сделать много и не получить желаемого эффекта.

Также стоит соблюдать последовательность упражнений, соблюдая принцип от простого к сложному, учитывать возрастные особенности ребенка.

Во время проведения гимнастики ребенок должен видеть свое лицо. Поэтому обязательным атрибутом должно быть зеркало.

Ребенка нужно заинтересовать, замотивировать, чтобы он с удовольствием выполнял гимнастику. В этом могут помочь разнообразные картинки, стихи, игрушки.

Упражнения артикуляционной гимнастики:

1. «Заборчик»

Белые, крепкие зубки у зайки

И ты покажи свои без утайки.

Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь.

2. «Трубочка»

Я слегка прикрою рот,

Губы – «хоботом» вперед.

Далеко я их тяну,

Как при долгом звуке: у-у-у.

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10. Если ребенок не может самостоятельно произвольно вытянуть губы, можно предложить ему дотянуться губками

до конфеты. Можно пропеть вместе с ребенком звук У. В дальнейшем можно чередовать упражнения 1 и 2.

3. «Окошко»

Ротик широко открыт,
Язычок спокойно спит.

Улыбнуться, широко открыть рот. Язык лежит за нижними зубами. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10. Плавно закрыть рот.

4. «Накажем непослушный язычок»

А теперь уж не зубами –
Я пошлепаю губами:
«У быка губа тупа,
Па-па-па, па-па-па».

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами, произносить: «Пя-пя-пя-пя..». Упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

5. «Покусаяем язычок»

Выдвигай свой язык,
Чтоб лениться не привык.
И от кончика до корня
Я кусаю все проворней.

Улыбнуться, приоткрыть рот, покусать кончик языка. Можно усложнить упражнение, одновременно покусывая язык и продвигая его вперед-назад. Это упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

6. «Лопаточка»

Поперек улыбки лег –
Отдыхает язычок.

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

7. «Иголочка»

Улыбаюсь: вот шутник –
Узким – узким стал язык.

Меж зубами, как сучок,
Вылез длинный язычок.

Улыбнуться, приоткрыть рот. Язык высунуть далеко вперед, напрячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

8. «Качели»

Улыбнуться, показать зубы, открыть рот. Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не закрывать. Упражнение проводится по счет 10-15 раз.

9. «Часики»

Влево-вправо кончик ходит,
Будто места не находит.

Улыбнуться, показать зубы, открыть рот. Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к правому уху, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счет. Прodelать 15-20 раз.

10. «Конфета»

Рот закрыт. Язык упитается попеременно в правую и левую щеку. Прodelать 15-20 раз.

11. «Чистим нижние зубки» (с внутренней стороны)

Ходит «горка» влево – вправо,
Чистит зубки очень браво.

Улыбнуться, показать зубы, прикрыть рот и кончиком языка двигать вдоль нижних зубов из стороны в сторону. Упражнение полезно при межзубном сигматизме.

12. «Чистим верхние зубки» (с внутренней стороны)

Зубы верхние – смотри:
Чищу «чашкой» изнутри.

Улыбнуться, показать зубы, прикрыть рот и кончиком языка двигать вдоль верхних зубов из стороны в сторону. Упражнение хорошо вырабатывает подъем языка вверх для шипящих и соноров.

13. «Чашечка»

Улыбаюсь, рот открыт:
Там язык уже стоит.

К зубкам подняты края –

Вот и «чашечка» моя.

Улыбнуться, открыть рот, высунуть широкий язык. Потянуться к верхним зубам, но не касаться их. Удерживать язык в таком положении 10-15 с. Рекомендуется в период подготовки языка к постановке шипящих и соноров.

14. «Вкусное варенье»

Как будто варенье лежит на губе –

Слижу его «чашечкой» в ротик себе.

Улыбнуться, открыть рот и языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу. Движения направлены сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки». Нужно следить за тем, чтобы нижняя челюсть во время этого упражнения была неподвижна. Упражнение помогает в подготовке к постановке шипящих и соноров.

15. «Маляр»

Язык – как кисточка моя,

И ею небо крашу я.

Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок») делая движения языком вперед - назад, поглаживая небо. Прodelать 15-20 раз.

16. «Лошадка»

Широко рот открываю,

Язык к небу прижимаю.

Прыгнет вниз язычок.

И услышим мы щелчок.

Улыбнуться, открыть рот и присосать язык к небу. Пощелкивание проводится медленно. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть не двигалась. Выполнять 10-15 раз.

17. «Грибок»

Широко открою рот,

Будто щелкну я вот-вот.

Присосу язык на небо,

Челюсть вниз – и вся учеба.

Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась («ножка гриба»). Удерживать в таком положении язык в течение 5-10 минут. Если так сделать не удастся, то вернуться к упражнению «Лошадка». Упражнение направлено на растягивание подъязычной уздечки.

18. «Гармошка»

Присосу язык на нёбо,
А теперь смотрите в оба:
Ходит челюсть вверх и вниз –
У нее такой круиз.

Выполнять это упражнение можно после того, как удастся удержать язык в положении «Грибок». В положении «Грибок» медленно открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). Упражнение хорошо растягивает подъязычную связку.

19. «Индюк»

Широко открыт мой рот,
Язычок – назад – вперед.
Лижет «чашечкой» губу
И «болбочет» на бегу.

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык на верхнюю губу и производить быстрые движения кончиком языка по верхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от верхней губы. Потом включить голос. Получится смешная «болтушка» (звук похожий на «бл-бл...»)

Игровая артикуляционная гимнастика:

«Овощи»

Жил на свете бегемот,
Широко открывши рот,
Он ходил в свой огород,
Улыбался во весь рот.
Брал лопатку в руки
И копал без скуки,
Вверх – вниз, вверх- вниз
Наклонялся наш малыш.

«Окошко»

«Улыбочка»

«Лопаточка»

«Качели»

Вот зелёный удалец – *«Трубочка»*
Это вкусный огурец,
Здесь не рыжая плутовка,
Это тонкая морковка. *«Втянуть щёки»*
Здесь пузатый кабачок
Солнцу показал бочок. *«Щёки надуть»*
Надо овощи сажать,
Чтоб здоровым, сильным стать. *«Орешки»*

«Фрукты»

На лесной опушке *«Окошко»*
Жил енот в избушке.
Утром рано он вставал
Окна, двери открывал.
Отправлялся в сад он, ух – ты,
Собирал себе он фрукты.
По ступенькам вниз спускался, *«Ступеньки»*
После вверх он поднимался.
Вот на ветке висит груша, *«Бублик»*
Съест её мышонок Луша.
А для маленького зайньки *«Щёки надуть»*
Кругленькие яблоки.
Сливы много мы нарвём, *«Чашечка»*
В чашку все мы их кладем.
Дома сварим мы варенье *«Вкусное варенье»*
Завтра ждёт всех нас веселье.
Будем чай с вареньем пить, *«Гармошка»*
Под гармошку песни лить.
На качелях все качаться *«Качели»*
Урожаю улыбаться! *«Улыбочка»*

«Домашние птицы»

Утром солнышко проснулось, *«Улыбочка»*
Широко нам улыбнулось.
«Птичий двор, пора вставать, *«Трубочка»*
Надо зёрна поклевать».
Вот идёт надутый гусь, *«Шарик»*
Он драчливый, я боюсь.
Это наш большой индюк *«Индюк»*
Клюв его похож на крюк,
Громко песни он поёт,
Утром спать мне не даёт.
На качель взлетел цыплёнок, *«Качели»*
Он хорошенький с пелёнок,
Громко песенки поёт,
Червячка от мамы ждёт.

«Зимующие птицы»

Вот синичка прилетела, *«Качели»*
И на веточку присела.
Чистит пёрышки с утра *«Дудочка»*
Не страшны ей холода.
Это что за птица *«Улыбка»*
К нам в окно стучится.
И на крышу дома *«Лопаточка»*
Медленно садится.
Вдалеке стучится дятел *«Барабанищик»*
Д-д-д по дереву.
Он сегодня очень весел
Червячки нашлись ему. *«Вкусное варенье»*

«Зима»

Утром зайчика проснулся,
Потянулся, улыбнулся
Про зарядку не забыл,
Окна широко открыл.
Посмотрел он за окно
На земле белым-бело.
Зайка чашечку достал
Чай с вареньем выпивал.
И во двор собрался быстро
Всё лопаткой чистил чисто.
А потом он шёл гулять,
Всех животных навещать.
Там в берлоге много храпу,
Мишка спит, сосёт он лапу.
Дятел по стволу стучит,
А в дупле бельчонок спит.
Навестил своих друзей
И домой бежит скорей.

«Улыбка»

«Качели»

«Окошко»

«Часики»

«Чашечка»

«Вкусное варенье»

«Лопаточка»

«Ступеньки»

«Шарик»

«Барабаничик»

«Лопаточка»

Использованная литература:

1. Филичева Т.Б., Туманова Т.В. «Формирование звукопроизношения у дошкольников». М., 1998.
2. Филичева Т.Б., Чевелева Н.А., Чиркина Г.В. «Основы логопедии». – М., 1989.
3. Воробьева Т.А., Крупенчук О.И. «Логопедические упражнения. Артикуляционная гимнастика». – Санкт-Петербург, 2007.
4. В.М.Акименко «Исправление звукопроизношения у детей». – Феникс. Ростов на дону. 2008.