

«Что такое артикуляционная гимнастика и зачем она нужна?»

Речевые звуки формируются в полости рта, форма и объем которой зависят от положений подвижных органов: губ, языка, нижней челюсти, мягкого неба, маленького язычка. Правильное положение и движение органов речи, необходимые для произнесения данного звука, называется **артикуляцией**.

Нарушения в строении артикуляционного аппарата, например, короткая подъязычная связка, неправильный прикус, слишком высокое или узкое нёбо и некоторые другие недостатки, являются предрасполагающими факторами неправильного формирования звукопроизношения. Но если у ребенка хорошая подвижность органов артикуляционного аппарата, хороший речевой слух, то он сам в большинстве случаев способен компенсировать недостатки звукопроизношения.

Если же у ребенка имеются несовершенства движения артикуляционного аппарата (например, малоподвижный язык), то это может служить причиной неправильного произношения звуков, вялой, нечеткой, смазанной речи.

Поэтому основными задачами являются:

- *развитие подвижности языка* (умение делать язык широким и узким, удерживать широкий язык за нижними резцами, поднимать за верхние зубы, отодвигать его назад в глубь рта и т.д.);
- *развитие достаточной подвижности губ* (умение вытягивать их вперед, округлять, растягивать в улыбку, образовывать нижней губой щель с передними верхними зубами);
- *развитие умения удерживать нижнюю челюсть* в определенном положении, что важно для звуков.

Поэтому на начальном этапе для развития, уточнения и совершенствования основных движений органов речи эффективна артикуляционная (речевая) гимнастика.

Правила занятий артикуляционной гимнастикой.

1. Занятия проводятся перед зеркалом, чтоб ребенок мог контролировать свои движения. Есть определенная категория очень активных и подвижных детей, которые не могут сосредоточиться перед большим зеркалом. Предложите им маленькое карманное зеркало, чтоб они в нем видели только свой рот. Тогда они не будут отвлекаться и будут спокойно выполнять все упражнения.
2. Перед занятием покажите и объясните ребенку, где находятся верхние и нижние губы, зубы. Подвигайте язычком вперед — назад, вверх — вниз, влево — вправо. Все основные движения ребенок усвоит в процессе увлекательной сказки про Веселый Язычок. Дети в возрасте 3 — 4 — х лет должны уметь повторять каждое движение по 2 — 3 раза, статично удерживать губы или язык в течении 2 — 3 — х секунд. Дети более старшего возраста повторяют упражнения до 7 — 10 раз и удерживают артикуляционный уклад до 10 секунд.
3. Заниматься надо регулярно, желательно ежедневно по 5 — 7 минут 1 — 2 раза в день.
4. Все упражнения вначале выполняются медленно, перед зеркалом. Обязательно задавать ребенку наводящие вопросы: «Что сейчас делает язычок? А губы? Где сейчас язычок, вверх или вниз?»
5. Переходить от одного блока упражнений к другому только после полного усвоения материала. Помните, у каждого ребенка свой темп освоения нового и своя мышечная готовность. Не торопитесь и не ругайте, если что то не сразу получается. И не забывайте поощрять малыша за каждый, пусть пока и очень маленький, успех!

Упражнения для развития подвижности губ

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.
2. *Улыбка - Трубочка*
Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.
3. *Пятачок*

Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.

4. *Рыбки разговаривают*

Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).

5. Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.

6. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".

7. *Уточка*

Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки.

8. *Недовольная лошадка*

Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.

9. Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.

Если губы совсем слабые:

- сильно надуть щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту,
- удерживая губами карандаш (пластмассовую трубочку), нарисовать круг (квадрат),
- удерживать губами марлевую салфетку - взрослый пытается ее выдернуть.

Упражнения для губ и щек

1. Покусывание, похлопывание и растирание щек.

2. *Сытый хомячок*

Надуть обе щеки, потом надуть щеки поочередно.

3. *Голодный хомячок*

Втянуть щеки.

4. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

Статические упражнения для языка

1. *Птенчики*

Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

2. *Лопаточка*

Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

3. *Чашечка*

Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

4. *Иголочка (Стрелочка. Жало)*

Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

5. *Горка (Киска сердится)*

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

6. *Трубочка*

Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.

7. *Грибок*

Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

Динамические упражнения для языка

1. *Часики (Маятник)*

Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянутся под счет педагога к уголкам рта.

2. *Змейка*

Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.

3. *Качели*

Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

4. *Футбол (Спрячь конфетку)*

Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.

5. *Чистка зубов*

Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.

6. *Катушка*

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта.

7. *Лошадка*

Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

8. *Гармошка*

Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

9. *Маляр*

Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

10. *Вкусное варенье*

Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

11. *Облизем губки*

Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.