



АРТИКУЛЯЦИОННАЯ

ГИМНАСТИКА

# Консультация для родителей

Учитель – логопед:

Хохлюк Наталья Юрьевна.

Своевременное овладение правильной, чистой речью имеет важное значение для формирования полноценной личности. Человек с хорошо развитой речью легко вступает в общение, он может понятно выражать свои мысли и желания, задавать вопросы. И наоборот, неясная речь весьма затрудняет взаимоотношения с окружающими и нередко накладывает тяжелый отпечаток на характер человека.



Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребенка к успешному обучению в школе. Недостатки речи могут привести к неуспеваемости.

Речь не является врожденной способностью, она формируется постепенно, и ее развитие зависит от многих причин. Одним из условий нормального становления звукопроизношения является полноценная работа артикуляционного аппарата.

Когда люди делают гимнастику для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными.



А вот зачем тренировать язык? Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы

выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением.

*Артикуляционная гимнастика* — это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

*Цель артикуляционной гимнастики* - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов (языка, губ), необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.



*Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:*

- ❖ улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- ❖ улучшить подвижность артикуляционных органов;
- ❖ укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- ❖ научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;
- ❖ увеличить амплитуду движений;
- ❖ уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов;
- ❖ подготовить ребёнка к правильному произношению звуков.

## *Методика проведения артикуляционной гимнастики.*

*Прежде чем начать занятия, надо познакомить детей с названиями артикуляционных органов в игровой форме.*

Сначала взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, показывает его выполнение и только потом упражнение делает ребёнок, а взрослый контролирует.

При проведении артикуляторной гимнастики особое внимание необходимо уделять **качеству** выполнения артикуляторных движений. Важно следить за:

- ❖ чистотой выполнения движений (без сопутствующих движений), за плавностью движений,
- ❖ темпом,
- ❖ нормальным тонусом мышц (без излишнего напряжения или вялости),
- ❖ за объёмом движений,
- ❖ умением удерживать движение определённое время,
- ❖ за переключаемостью движений, т. е. возможностью перехода от одного движения к другому,
- ❖ за точной координацией движений языка и губ.

Сначала артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом. У взрослого человека артикуляция - автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 2 раза в день по 5 минут в промежуток между утренней зарядкой и завтраком. Артикуляционная гимнастика выполняется *только сидя*, чтобы все другие мышцы ребенка были расслаблены, кроме прямой спины. Упражнения выполняются *от простых к сложным*. Упражнение необходимо выполнять *без напряжения, в спокойном темпе*. Для выполнения артикуляционных упражнений необходимо использовать индивидуальные средства гигиены (салфетки). Каждое упражнение *повторять по 3-5-7 раз*. *Чаще хвалите ребёнка* и ни в коем случае не выказывайте недовольство. Это придаст ему уверенности в своих силах и снимет беспокойство за результат. Гимнастика должна проходить в игровой форме. Разнообразить занятия помогут картинки, детские стихотворения. Можно придумать много игр, чтобы у детей не угасал интерес к занятиям.

В каждый комплекс артикуляционной гимнастики входят *3 вида упражнений*:

- для губ (мимических мышц) 1-2 упражнения;
- для языка 2-3 упражнения;
- на воздушную струю 1 упражнение.

Всего в комплексе упражнений должно быть:

- ❖ мл. гр. - 3-4 упр.;
- ❖ ср. гр. - 4 упр.;
- ❖ ст. гр., подг. гр. - 4-5 упр.

***Предлагаю примерный комплекс упражнений, который представлен в виде СКАЗКИ про язычок.***

# Сказка про язычок



**«Чистим зубки»**  
Язычок утром встал,  
Чистить зубки побежал.  
Вправо-влево, вправо-влево



*Описание: улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается*

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.

## «Лошадка»



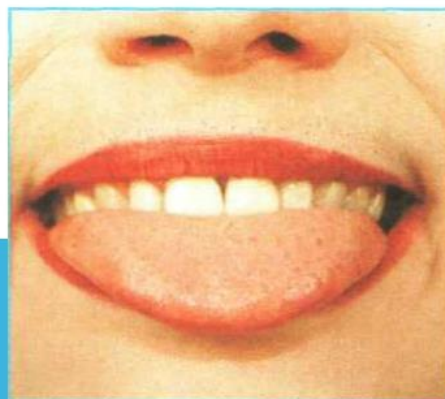
Я лошадка Серый Бок!  
Цок – цок – цок - цок.  
Я копытцем постучу,  
Цок – цок – цок – цок.  
Если хочешь – прокачу!  
Цок – цок – цок – цок!

# «Расчёска»

Покатался Язычок, слез с лошадки и вдруг увидел себя в зеркале:



«Ах, какой я стал лохматый! Наверное, очень быстро на лошадке мчался! Надо причесаться!» Достал Язычок расческу и начал причесываться. Давай покажем, как он это делал.



**Описание упражнения:**  
улыбнуться, закусить язык зубами. «Протаскивать» язык между зубами вперед-назад, как бы «причесывая его».

# «Вкусное варенье»

Ох и вкусное варенье!

Жаль осталось на губе.

Язычок я подниму

И остатки оближу!



**Нагулялся,  
наигрался  
наш  
язычок.  
“Завтра  
опять пойду  
гулять” -  
подумал  
Язычок и  
лёг спать.**



elenaranko.ucoz.ru

**Спасибо за  
внимание !**

