Рекомендации учителя - логопеда по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

Артикуляционная гимнастика — это упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти, необходимые для правильного звукопроизношения.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем и коррекции нарушений звукопроизношения. Она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

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. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них *«каша во рту»*.
- 3. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем и детям, и взрослым научиться говорить правильно, чётко и красиво. Надо помнить, что чёткое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.

При проведении артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать следующие <u>рекомендации</u>:

- 1. Внимательно прочитайте описание упражнения. Попробуйте выполнить его перед зеркалом. Только после того, как Вы сами освоите это упражнение, предлагайте его ребенку.
 - 2. Гимнастика проводится ежедневно по 5-10 минут.
- 3. Упражнения выполнять сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала 15*15 см., в спокойной обстановке, при достаточном освещении.
- 4. Комплекс на одно занятие включает 5-7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания.
 - 5. Каждое упражнение выполняется по 5 раз.
- 6. После того, как упражнение усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого (по названию).
- 7. Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.
- 8. Упражнения должны быть целенаправленными: важно не их количество, важны правильный подбор упражнений и качество выполнения.
- 9. Точность движения речевого органа определяется правильностью конечного результата.

- 10. Плавность и легкость движения предполагают движения без толчков, подергиваний, дрожания органа (напряжение мышцы всегда нарушает плавность и мягкость движения); движение должно совершаться без вспомогательных или сопутствующих движений других органов.
- 11. Темп это скорость движения. Вначале движение производится несколько замедленно, постепенно убыстряется. Затем темп движения должен стать произвольным быстрым или медленным.
- 12. Устойчивость конечного результата означает, что полученное положение органа удерживается без изменений произвольно долго.
- 13. Переход (переключение) к движению и положению должен совершаться плавно и достаточно быстро.
- 14. Упражнения выполняются после показа взрослого. Для поддержания интереса к гимнастике используются стихи.

Упражнения для губ

1. «Заборчик». Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

Зубы ровно мы смыкаем

И заборчик получаем

2. «Трубочка». Вытягивание губ вперёд длинной трубочкой. Зубы сомкнуты.

Мои губы – трубочка

Превратились в дудочку.

3. «Улыбка – Трубочка». Чередование положений губ

Свои губы прямо к ушкам растяну я, как лягушка.

А теперь - слонёнок я, видишь – хобот у меня.

Мне понравилось играть, повторю – ка всё опять.

Упражнения для щек

- 1. Похлопывание и растирание щек.
- 2. «Сытый хомячок». Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.
- 3. «Голодный хомячок». Втянуть щеки.
- 4. «Шарик». Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

Статические упражнения для языка

(выработка контроля за положением языка и удержанием позы)

1. «Накажу непослушный **язычок**». Это упражнение является самомассажем для языка.

На губу язык клади,

Пя-пя-пя (затем та-та-та) произноси.

2. «Лопатка». Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

Язык лопаткой положи и спокойно подержи.

Язык надо расслаблять и под счёт его держать:

Раз, два, три, четыре, пять! Язык можно убирать.

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

Язык широкий положи, его края приподними.

4. «Иголочка». Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

Язык в иголку превращаю, напрягаю и сужаю.

Острый кончик потяну, до пяти считать начну.

Раз, два, три, четыре, пять – иголку я могу держать.

Динамические упражнения для языка

(выработка координации и точности движений)

1. «Часики». Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет взрослого к уголкам рта.

Влево - вправо мой язык скользит лукаво:

Словно маятник часов покачаться он готов.

2. «Качели». Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

На качелях я качаюсь: вверх, вниз, вверх, вниз.

Я до крыши поднимаюсь, а потом спускаюсь вниз.

4. «Чистим зубки». Рот открыт. Кончиком языка погладить внутри верхние и нижние зубы. Важно – подбородок не двигается.

Чищу зубы, чищу зубы и снаружи, и внутри.

Не болели, не темнели, не желтели чтоб они.

6. «Лошадка». Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

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

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

Красить потолок пора, Пригласили маляра. Ниже челюсть опускаем, Язык к нёбу поднимаем. Проведём вперёд — назад — Наш маляр работе рад.

8. «Вкусное варенье». Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

Ох и вкусное варенье! Жаль осталось на губе. Язычок я подниму И остатки оближу.

ЖЕЛАЮ УСПЕХОВ!!!