

Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.



Мы правильно произносим различные звуки благодаря хорошей подвижности органов артикуляции, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо. Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются у ребенка постепенно, в процессе речевой деятельности.

Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше ее делать 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям больше 2-3 упражнений за раз.

При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной

гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.



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 3-5 раз.

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 (ладонь - "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 - "жалом" также медленно расслабляется и возвращается на место. Упражнение выполняется в старшем дошкольном возрасте 3-5 раз.

14. "Болтушка"

15. "Ножницы" - выполняется лежа на животе, ладони прижаты к полу. Выполняется 5-7 раз.

16. "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.