

Артикуляционная гимнастика

Возраст: дошкольный (3-7 лет)

Вид нарушений: ТНР

Недостатки произнесения звуков тянут за собой и прочие проблемы, например, замедляется развитие многих психологических функций, появляются коммуникативные сложности. Ребёнок с речевыми расстройствами довольно часто с трудом овладевает письменной речью и чтением. Вот почему воспитывать чистое выговаривание звуков необходимо, и одним из эффективных инструментов считается артикуляционная гимнастика.

Может проводиться как с детьми с речевой патологией, так и с нормально развивающимися дошкольниками для профилактики нарушений звукопроизношения. Общая артикуляционная гимнастика помогает подготовить артикуляционный аппарат ребенка к постановке трудных звуков русского языка. Подобные тренировки готовят голосовой аппарат к верному звукопроизношению и избавляют малышей от уже имеющихся патологий.

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 полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединить простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков. Выполняется в течение дня 3-5 раз: утром перед завтраком после зарядки, перед обедом, после сна и в другие режимные моменты.

Рекомендации по проведению: артикуляционную гимнастику нужно проводить регулярно, поскольку лишь систематические тренировки приведут к устойчивому и видимому эффекту. Результативность упражнений зависит от соблюдения взрослыми нескольких важных условий:

- сначала необходимо рассказать ребенку о предстоящих упражнениях, затем продемонстрировать правильное выполнение, а уже потом непосредственно приступать к отработке;
- перед ребенком ставится зеркало, чтобы он смог наблюдать за позицией своего языка;
- тренировку нужно проводить сидя, у детей прямая спина, тело расслаблено;
- ребёнок должен выдерживать правильную позицию языка и губ на протяжении установленного времени (обычно на счёт от 5 до 15);
- принуждением взрослые ничего не добьются, тренировка проводится с максимальной эмоциональностью, в игровой форме;
- важно отслеживать точность и плавность выполнения каждого отдельного упражнения.

Артикуляционная гимнастика не должна превратиться для ребёнка в ежедневную пытку, поэтому проводить её следует максимально эмоционально, в развлекательной форме. Обязательно повторяйте и закрепляйте ранее пройденные упражнения, следуя важному правилу – из вновь вводимых игр

лишь одна должна быть новой. Артикуляцию можно считать усвоенной, если малыш произносит звук без ошибок, автоматически, то есть не нужен контроль взрослых.

В начале учебного года упражнения артикуляционной гимнастики выполняются с использованием зеркала для того, чтобы ребенок запомнил правильное положение органов артикуляции. В середине года при правильной постановке органов артикуляции при выполнении упражнений зеркало можно убрать, а в конце года, используя метод наглядного моделирования, использовать картинки-символы упражнений без зеркала в игровой форме: дети вытаскивают картинку и выполняют знакомое упражнение, другие могут отгадывать, какое это упражнение.

Комплекс упражнений для шипящих звуков (Ч, Щ, Ж, Ш)

Чтобы эти звуки произносились чётко и правильно, необходимо достаточно тонкая работа язычка и губ:

- язык приподнимается к твёрдому нёбу, образуя с ним небольшую расщелину;
- боковины язычка прижимаются к верхним молярам (коренные зубы);
- губы вытягиваются, немного округлены;
- тёплый поток воздуха направляется посередине язычка.

Помочь отработке этих положений артикуляционного аппарата могут следующие упражнения:

- «Забор». Ребёнок улыбается, показывает зубки, удерживает улыбку, пока взрослый считает до 10.
- «Трубочка». Ребёнок смыкает губки и вытягивает их вперёд трубкой, удерживая под счёт до 5-10.
- «Забор-трубочка». Предыдущие упражнения чередуются, каждое из них выполняется под счёт до 10.
- «Наказываем непослушный язычок». Ребёнок приоткрывает рот, кладёт язычок на нижнюю губку и, пришлёпывая его, произносит слог пя-пя. Потом нужно расслабить язык и держать его в такой позиции, приоткрыв рот, на счёт от 5 до 10.
- «Лопатка». Ребенок улыбается, приоткрывает рот, кладёт краешек язычка на нижнюю губку. Удерживать такое положение нужно, пока взрослый не досчитает до 10.
- «Конфетка». Ребёнок кладёт кончик язычка на губу. Взрослый, в свою очередь, помещает на язык небольшой ломтик ириски. Задача ребенка – прикрепить конфету к участку нёба, расположенному непосредственно за верхними зубками.
- «Гриб». Ребёнок улыбается, показывает зубки, немного приоткрывает рот и, «присосав» язычок к верхнему нёбу, полностью открывает ротовую полость. При этом язычок напоминает грибную шляпу, а уздечка – его ножку.
- «Игра в мяч». Ребенок улыбается, кладёт передний краешек язычка на нижнюю губу, произносит «ф-ф-ф-ф-ф», сдувая небольшой кусочек ваты с места.

- «Сладкое варенье». Ребенок немного приоткрывает рот и краешком язычка облизывает верхнюю губу. При этом язык двигается не вправо-влево, а вверх-вниз.
- «Гармонь». Ребёнок улыбается, чуточку приоткрывает рот, «приклеивает» язычок к нёбу и пробует закрывать и приоткрывать рот. Связка при этом растягивается, словно гармошка.
- «Сдувание». Ребёнок улыбается с открытым ртом, кладёт язычок на верхнюю губу следующим образом: его боковины прижимаются к губе, а середина образует своеобразный жёлоб. Воздушным потоком, идущим по желобку, нужно сдуть кусочек ватки, который предварительно кладут на нос.

Комплекс упражнений для свистящих звуков (С, Сь, З, Зь, Ц)

Произнесение этих звуков требует от ребятшек координированных движений всех частей голосового аппарата:

- губы растягиваются в улыбке;
- нижняя челюсть немного опускается, чтобы образовался заборчик с щёлочкой;
- краешек языка располагается за передними нижними зубами;
- холодный воздух с силой продвигается по средней части языка.

Артикуляционная гимнастика для тренировки свистящих звуков во многом повторяет упражнения из предыдущего комплекса:

- Выполняйте упражнения «Забор», «Трубка», «Забор-трубка», «Лопатка», «Наказываем непослушный язычок», «Игра в мяч» так, как описано выше.
- «Чистим зубы». Ребёнок улыбается, немного приоткрывая рот и краешком язычка «чистит» нижние зубки, двигаясь язычком справа налево и снизу вверх.
- «Лошадка». Ребёнок присасывает язык к нёбу и цокает в замедленном темпе, громко, одновременно растягивая уздечку.
- «Сердитая кошка». Ребенок улыбается, приоткрывая рот, краешек языка упирает в нижние зубы и одновременно выдвигает язычковую спинку вперёд, затем её опускает, не отрывая краешек язычка от зубов.
- «Загоняем мячик в ворота». Ребёнок вытягивает губки трубкой и дует на кусочек ваты, стараясь загнать его в «ворота» (это могут быть кубики).
- «Ворота» по мере выполнения упражнения нужно отодвигать. Взрослый должен следить, чтобы ребенок не надувал щёки!

Комплекс упражнений для звуков Р, Рь

Правильному произношению этих звуков способствует слаженная работа всех участков и мышц язычка:

- краешек приподнят к языковым лункам, напряжён и слегка вибрирует;
- его середина приспущена;
- боковые стороны прижимаются к верхним коренным зубкам.

Чтобы выработать точные движения, предложите ребёнку выполнить следующие несложные упражнения:

- Повторяйте упражнения «Забор», «Трубка», «Забор-трубка», «Лопатка», «Наказываем непослушный язычок», «Сладкое варенье», «Гриб», «Гармонь», «Чистим зубы», «Лошадка» по описанной выше схеме.
- «Маляр». Ребёнок улыбается, открывает рот и «гладит» краешком язычка твёрдое нёбо, двигая им вперёд-назад.
- «Барабанщик». Ребенок улыбается, показывает зубки и стучит краешком язычка за верхними зубами: «д-д-д-д-д». Сперва звуки произносятся в замедленном темпе, затем язык должен работать быстрее.
- «Индюшонок». Ребёнок с приоткрытым ртом кладёт краешек язычка на верхнюю губу и поглаживает её из стороны в сторону, постепенно ускоряясь. Должен раздаться характерный звук, похожий на тот, как болбочат индюки.
- «Автоматчик». Ребёнок закрывает рот, напряжённым краешком язычка стучит в верхние зубы, при этом следует произносить «т-т-т-т-т», постепенно ускоряя тем.

Комплекс упражнений для звуков Л, Ль

Для произношения этих звуков необходима правильная работа всех отделов артикуляционного аппарата: - губы улыбаются; - зубки смыкаются;

- краешек язычка приподнимается до упора в верхние зубы, спинка прогибается, а корешок немного поднят;
- из-за сомкнутых голосовых связок воздушный поток слабый, идёт лишь по боковым сторонам языка.

Чёткому произнесению звуков Л, Ль способствуют следующие упражнения, которые во многом совпадают с заданиями предыдущих артикуляционных комплексов:

- Повторите с ребёнком такие упражнения, как «Забор», «Трубка», «Забор-трубка», «Лопатка», «Наказываем непослушный язычок», «Сладкое варенье», «Чистим зубы», «Лошадка» по описанному выше алгоритму.
- «Пароходик». Ребёнок улыбается, зажимает краешек язычка между зубами, произносит протяжно «ы-ы-ы», однако слышится в этот момент «л».
- «Тихое щёлканье». Ребенок улыбается, приоткрывает рот и щёлкает краешком язычка за верхними зубками. Только делать это нужно практически беззвучно.
- «Часы». Ребёнок улыбается, показывает зубы, высовывает язычок и поворачивает его вправо, удерживая под счёт до 5, потом поворачивает в левую сторону. Взрослый в этот момент может произносить «тик-так».
- «Качели». Ребенок улыбается, открывает рот, кладёт язычок за нижние зубки и удерживается до 5, потом поднимает язычок кверху и также держится до 5. Затем положение язычка меняется на счёт 2.