

КОНСУЛЬТАЦИЯ
для родителей
«Артикуляционная гимнастика:
значение и методика проведения»



Введение

Наш речевой аппарат – это сложная система, частями которой являются язык, губы, щёки, нёбо, зубы, голосовые связки, трахеи, бронхи, лёгкие, диафрагма. Большинство из них – мышцы, а процесс звукопроизношения – это сложный двигательный навык, который осуществляется при правильной и чёткой работе всех частей речевого аппарата. Если мышцы сильные, упругие, подвижные – то мы имеем чёткие, дифференцированные движения речевого аппарата и «чистую» речь, если же мышцы развиты недостаточно, они слабые, вялые или же наоборот чрезмерно напряжённые, то, в этом случае, будет нарушение звукопроизношения.

Каждый ребёнок неосознанно выполняет артикуляционные упражнения с младенчества: гуление, лепет, разнообразные мимические и артикуляционные движения языком, губами, челюстью. Не малую роль играет роль процесс сосания, а в дальнейшем и пережевывание пищи. Но в эпоху современности этого недостаточно, поэтому для развития мышц речевого аппарата и их подвижности необходимо использовать артикуляционную гимнастику.

1. Рекомендации по выполнению артикуляционной гимнастики.

Артикуляционная гимнастика это основа для формирования речевых звуков. При поведении артикуляционной гимнастики происходит не только тренировка подвижности органов артикуляционного аппарата, но и отработка определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения тех или иных звуков речи.

Для наиболее эффективного результата необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

- Для лучшего закрепления навыков, нужно проводить артикуляционную гимнастику каждый день по 3-4 раза продолжительностью 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.
- Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
- Статические упражнения выполняются по 7-10 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
- Выполняются сначала более простые упражнения и только затем более сложные. Из 2-3 упражнений только одно может быть новым для ребёнка, оставшиеся упражнения проводят для закрепления. Если у ребёнка есть трудности при выполнении какого-либо упражнения, то не стоит вводить новые пока не будет достаточно хорошо отработаны предыдущие.

- Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- При выполнении упражнений ребёнок должен видеть своё лицо (для контроля за правильностью выполнения) и лицо взрослого, который осуществляет показ, поэтому артикуляционная гимнастика проводится перед зеркалом. Можно пользоваться небольшим зеркалом на подставке (или ручным зеркалом размером примерно 9х12см). В этом случае ребёнок смотрит в зеркало, а взрослый должен находиться напротив лицом к нему.
- Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.
- Для выполнения артикуляционных упражнений необходимо использовать индивидуальные средства гигиены.
- Необходимо помнить, что часто у ребёнка не получается выполнить то или иное упражнение, если вы видите что ребёнок старается, пробует – не скупитесь на похвалу и добрые слова. Подбадривайте ребёнка. Проводить упражнения лучше эмоционально, в игровой форме.

2. Виды артикуляционных упражнений и комплексов.

Существует множество видов артикуляционных упражнений и комплексов. Артикуляционные упражнения можно разделить исходя из того, на развитие каких мышц они направлены: упражнения для губ, щёк, мышц глотки и нёба, языка. Эти упражнения делят на статические (удержание) и динамические (подвижность). Рассмотрим наиболее простые и распространённые упражнения. Возьмите зеркала, поставьте так, чтобы вам было видно своё лицо.

Так как артикуляционную гимнастику следует начинать с упражнений для губ, то с них мы и начнём. Возьмите зеркала. Попробуем выполнить упражнения.

- Улыбка.
- Хоботок (Трубочка).
- Заборчик.
- Бублик (Колечко).
- Заборчик - Колечко. Улыбка - Трубочка. Чередование положений губ.
- Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.
- Удерживать губами карандаш (пластмассовую трубочку) .
- Сильно надувать щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту.

Упражнения для щёк:

- Покусывание, похлопывание и растирание щек.
- Сытый хомячок.
- Голодный хомячок.
- Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

Упражнения для языка:

- Птенчики.
- Лопаточка.
- Чашечка.
- Иголочка (Стрелочка. Жало).
- Киска сердится.
- Часики (Маятник) .
- Змейка.
- Качели.
- Футбол (Спрячь конфетку).
- Почистим зубки.
- Лошадка.
- Вкусное варенье.
- Оближем губки.

Тренировка мышц глотки и мягкого нёба:

- Позевывать с открытым и закрытым ртом. Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.
- Произвольно покашливать. Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки. Покашливать с высунутым языком.
- Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.
- Глотать воду маленькими порциями (20 - 30 глотков) .

Глотать капли воды, сока.

- Надувать щеки с зажатым носом.
- Надувать резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри.

Существуют также комплексы артикуляционных упражнений, которые подобраны для решения какой-либо конкретной задачи.

Например, есть комплексы упражнений для постановки того или иного звука, комплексы, способствующие улучшению подвижности органов артикуляции, расслабляющие комплексы артикуляционных упражнений. Педагог выбирает комплекс в соответствии с решаемой задачей (примеры).

3. Организация проведения артикуляционных упражнений.

Для того чтобы работа по развитию мышц речевого аппарата была эффективной и в то же время интересной ребёнку, необходимо правильно её организовать.

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

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

При проведении артикуляционной гимнастики необходимо также учитывать возрастные особенности детей (Спрашиваю педагогов).

Итак, сейчас я расскажу о некоторых методах и приёмах проведения артикуляционной гимнастики с детьми.

- Самый распространённый приём – использование картинок (показываю). Для каждого упражнения своя картинка. Она должна быть яркая, цветная, достаточного размера и, конечно, отражать суть упражнения.
- Возможно использование фотографий других детей с правильным показом необходимого упражнения.
- Для детей старшей и подготовительной группы возможно использование трафаретов «Весёлые язычки». Ребёнку предлагается силуэтное изображение языка, той формы, которую он принимает при выполнении того или иного упражнения.
- Существуют специальные мягкие игрушки, у которых широко открыт рот и есть язычок. Такие игрушки управляются рукой педагога.

• Для повышения интереса к деятельности можно «приобщать» сказочных персонажей. Это могут быть персонажи из любимых ребёнком мультфильмов. Можно вместе с ребёнком научить их выполнять заданное упражнение. А может быть герою нужно помочь преодолеть какие-либо трудности и для этого необходимо выполнить упражнение, или же сам герой даёт задание ребёнку и наградит после выполнения. В качестве героев могут выступать игрушки, нарисованные герои, театральные куклы, анимационные персонажи.

• Одним из распространённых приёмов является использование коротких стихотворений. Дети в дошкольном возрасте очень любят стихи и быстро их запоминают. Например:

«Вкусное варенье»

Нашей Маше очень смело,
На губу варенье село,
Нужно ей язык поднять,
Чтобы капельку слизать.

«Киска сердится»

Киска сердится на Машу:
Хочет рыбку, а не кашу.

• В методической литературе и в интернете часто можно встретить специальные сказки: в знакомый сказочный сюжет вставлены подходящие артикуляционные упражнения или же под определённый комплекс упражнений придумывается сказка. Есть такие сказки и прозе и в форме стихотворений. Упражнения, которые используются в такой сказке, должны быть заранее разучены с ребёнком. Например, авторская сказка Н. В. Рыжовой «Как язычок лепил снеговика».

• Подобно сказкам можно подобрать подходящие упражнения к изучаемой лексической теме. Например, артикуляционная гимнастика к занятию по лексической теме «Домашние животные».

Описание, согласно теме занятия Название упражнения

Телёнок мычит, зовёт маму. «Улыбка» - «Трубочка»

Щенок хвастается зубами. «Заборчик»

Собака виляет хвостом. «Змейка»

Кот лакает молоко. «Вкусное варенье»,

Лошадка скачет. «Лошадка»

Разучивание артикуляционных упражнений лучше проводить в индивидуальной форме, например в утренние и вечерние часы. В дальнейшем это могут быть подгруппы по 2-3 воспитанника, когда детям будут известны основные упражнения. В старших группах возможна игра в логопеда. Один из детей, например используя комплекс гимнастики в картинках, контролирует выполнение упражнений другим ребёнком.

Можно использовать артикуляционную гимнастику в индивидуальной работе с детьми, а также фронтально в качестве части занятия, в том числе и открытого, перед режимными моментами.

Заключение

Работу над развитием артикуляционной моторики необходимо проводить систематически. В этом случае вы сможете помочь детям быстрее заговорить.