

Артикуляционная гимнастика.

Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Чтобы малыш научился произносить сложные звуки ([с], [з], [ш], [ж], [л], [р]), его губы и язык должны быть сильными и гибкими, долго удерживать необходимое положение, без труда совершать многократные переходы от одного движения к другому. Всему этому поможет научиться артикуляционная гимнастика.

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

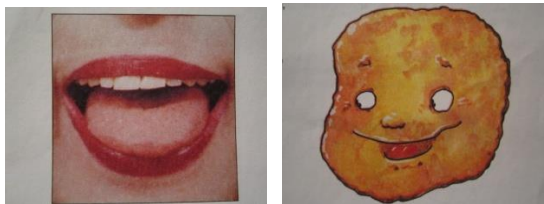
Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

- Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.
- Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.
- Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».

Рекомендации к проведению упражнений:

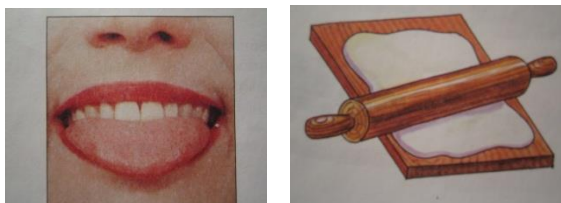
- Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше ее делать 2 раза в день по 3-5 минут.
- Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребёнку необходим зрительный контроль. После того как малыш немного освоится, зеркало можно убрать.
- Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.
- 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.

Артикуляционная гимнастика



«Блинчик»

Широкий язык положить на нижнюю губу, следить, чтобы он не дрожал. Держать 10 секунд.



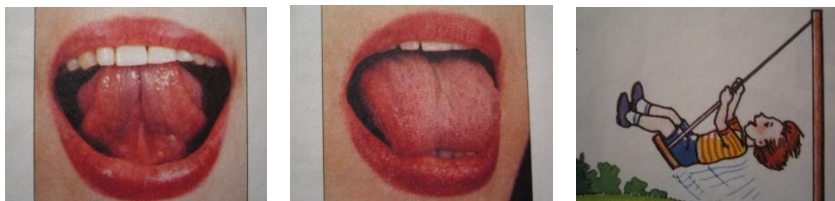
«Месим тесто»

Широкий язык зажать зубами и водить вперед-назад 6 – 8 движений



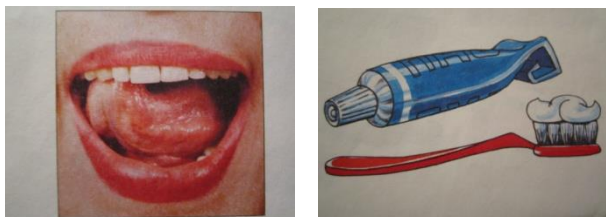
«Часики»

Попеременно касаемся кончиком языка уголков губ. Самых губ не задеваем.



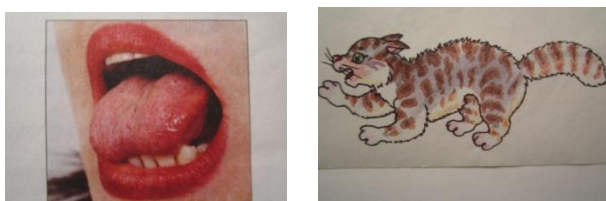
«Качели»

Попеременно ставим кончик языка за верхние и нижние зубы (10 движений)



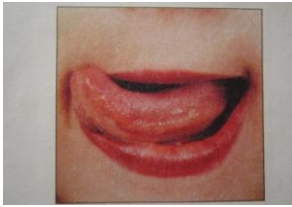
«Чистим зубки»

Кончиком языка проводим по верхним и нижним зубам с внешней и внутренней стороны



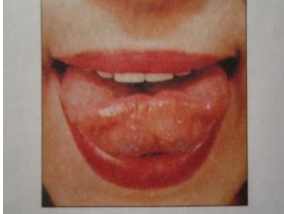
«Кошка сердится»

Язык упирается в нижние зубы и выгибается. Удерживать 10 секунд



«Вкусное варенье»

Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык в рот.



«Чашечка»

Широко открыть рот, широкий, расслабленный язык положить на нижнюю губу. Боковые края языка приподнять, не касаясь зубов. Удерживать 10 секунд.



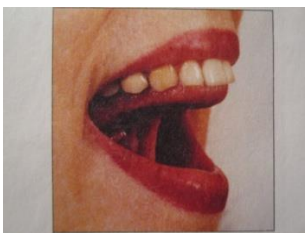
«Маляр»

Рот широко открыт. Кончиком языка проводить по небу от зубов в сторону горла и обратно (8 - 10 движений).



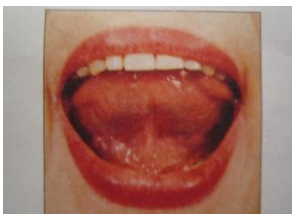
«Парус»

Поставить язык за верхние зубы и удерживать 8 – 10 секунд.



«Грибок»

Язык присосать к небу, не отрывая языка, оттягивать вниз челюсть.



«Дятел»

Напряженным кончиком языка стучим за верхними зубами: «Т-Т-Т», «Д-Д-Д»