

## **«Зачем нужна артикуляционная гимнастика»**

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

**Артикуляционная гимнастика проводится:**

- в детском саду с логопедом во время индивидуальной работы;
- в детском саду с воспитателем и самостоятельно;
- с родителями дома.

С помощью проведения для малыша специальных занятий можно укрепить и развить правильные движения речевого аппарата, улучшить дикцию. Выполнение упражнений на развитие речевого аппарата нужно начинать в самом раннем возрасте. С малышами до года нужно заниматься во время бодрствования. Простейшее цоканье, уханье, фырканье, писк, разговор разными голосами и с различной громкостью принесут пользу ребёнку, обусловят развитие речи в раннем возрасте и до года.

Детям 2 - 4 лет артикуляционная гимнастика поможет обрести целенаправленность движений языка.

Дети 5 - 6 лет и далее смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения.

Игра с язычком – одно из первых занятий артикуляционной гимнастики, с помощью «Сказки о Веселом Язычке» и начинается игра. Родителям (воспитателям) надо зачитать текст сказки, и показывать необходимые движения. Сначала ребенок повторяет их, в следующий раз показывает сам звукопроизношения.

Очень часто дети, которые плохо говорят для своего возраста, еще и плохо едят. Как правило, для них целая проблема скушать яблоко или морковку, не говоря уж о мясе. Вызвано это слабостью челюстных мышц, а она, в свою очередь, задерживает развитие движений артикуляционного аппарата. Поэтому обязательно давайте ребенку погрызть сухари, жевать целые овощи и фрукты, хлеб с корочками и кусковое мясо.

Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха 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». Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем - и детям, и взрослым - научиться говорить правильно, чётко и красиво.

**Существуют определенные правила проведения артикуляционной гимнастики.**

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы навыки закреплялись и становились более прочными

2. Каждое упражнение имеет свое название и желательно, чтобы ребенок запомнил названия выполняемых упражнений. С одной стороны, ему так интересней, с другой – вам не надо каждый раз объяснять способ выполнения, достаточно сказать: «Давай сделаем часики» и показать картинку с изображением часов.
3. В любом упражнении все движения осуществляются последовательно, сначала упражнения делаются в медленном темпе.
4. Гимнастику желательно делать сидя перед зеркалом в эмоциональной или игровой форме.
5. Если упражнение не получается можно прибегнуть к помощи шпателя.
6. Логопед, воспитатель и родитель должны следить за правильностью выполняемого упражнения.
7. Всегда хвалить ребенка за успехи, которые он делает.

Для маленького ребёнка речевая гимнастика – это большой труд, поэтому важно превратить выполнение упражнений в интересную игру.

#### **Упражнения для мышц мягкого неба и глотки.**

##### **Позевывание.**

Глотание капелек воды, слюны. Можно набирать сладкую воду в пипетку и капать ребенку на мягкое небо, стимулируя глотание.

##### **Полоскание горла.**

Резкое отрывистое произнесение звуков: а-а-а; э-э-э; аэ-аэ-аэ.

##### **Покашливание.**

В наиболее трудных случаях полезно использовать механические раздражители для активизации мягкого неба – металлические шпатели, бумажные трубочки, деревянные палочки.

#### **Упражнения для нижней челюсти.**

Открывание и раскрывание рта. Причем, как свободное, так и с сопротивлением рукам взрослого.

Жевательные движения.

Движения нижней челюсти влево-вправо.

#### **Упражнения для щек.**

Надувание щек: обеих одновременно и попеременно.

Перегонка воды из одной щеки в другую.

Втягивание щек в ротовую полость между зубами.

#### **Упражнения для губ и языка.**

«Улыбка» - улыбнуться, не обнажая зубы.

«Заборчик» - улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы.

«Трубочка» - вытянуть губы вперед, при этом челюсти сомкнуты.

«Бублик» - выполнить «трубочку» и приоткрыть рот.

«Лопатка» - широкий язык спокойно лежит на нижней губе.

«Чашечка» - широкий расслабленный язык поднят к верхней губе, средняя часть языка прогнута, а боковые края загнуты кверху.

«Часики» - отведение кончика языка к углам рта вправо-влево. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

«Качели» - рот широко открыт, движения языка вверх-вниз, за верхние зубы – за нижние зубы.

«**Вкусное варенье**» - слизывание варенья с верхней и нижней губы попеременно. Круговое облизывание губ.

«**Иголочка**» - суживание и заострение языка – тянемся языком к зеркалу.

«**Индюк**» - улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх. Двигать языком по верхней губе вперед-назад, произнося: бла-бла-бла.

«**Горка**» - улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть в нижние зубы, язык не должен выпячиваться вперед.

«**Маляр**» - улыбнуться, открыть рот, язык поднять вверх и кончиком языка водить вперед-назад по небу.

«**Желобок**» - язык лежит на нижней губе, кончик - узкий, а боковые края загнуты в желобок.

«**Грибок**» - улыбнуться, приоткрыть рот. Присосать широкий язык всей плоскостью к небу и открыть рот.

«**Гармошка**» - рот приоткрыть, язык присосать к небу. Не опуская языка вниз, открывать и закрывать рот, растягивая подъязычную уздечку.

«**Конфета**» - рот закрыть, напряженным языком упираться то в одну щеку, то в другую.

«**Наказать непослушный язычок**» - вялый, спокойный язык просовывается между губами, рот приоткрыт, но не широко. Ребенок произносит: пя-пя-пя.

«**Почистим зубки**» - «почистить» кончиком языка верхние зубы с внутренней стороны (слева-направо). Нижняя челюсть неподвижна.

«**Лошадка**» - улыбнуться, щелкать языком громко и энергично. Нижняя челюсть неподвижна, двигается только язык.

«**Барабанищик**» - улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх. Кончиком языка с силой касаться бугорков за верхними зубами, произнося «д-д-д».

#### **Упражнения для активизации мышц шеи, гортани**

(выполняются с закрытым ртом).

Опускание головы вниз.

Запрокидывание головы назад.

Поворот головы вправо-влево.

Наклоны головы вправо-влево.

Руки в «замке» на затылке, отклонение головы назад с сопротивлением рук.

Сжатые в кулак кисти подпирают подбородок, наклоны головы вперед с сопротивлением рук.

На самом деле говорить довольно трудно, вы только задумайтесь, при разговоре необходимо согласованное взаимодействие языка, губ, легких, гортани, в русском языке используется более 30 разных звуков.

**Таким образом,** целенаправленные упражнения помогают подготовить артикуляционный аппарат к правильному произнесению нужных звуков.

**Грамотная, четкая, чистая и ритмичная речь ребенка** - это не дар, она приобретается благодаря совместным усилиям педагогов, родителей и многих других людей, в окружении которых малыш растет и развивается.

*Учитель – логопед Юлия Геннадьевна С.*