

Артикуляционная гимнастика

Звуки речи образуются в результате сложного комплекса движений артикуляционных органов - кинем. Выработка той или иной кинемы открывает возможность освоения тех речевых звуков, которые не могли быть произнесены из-за ее отсутствия. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата. Таким образом, произношение звуков речи - это сложный двигательный навык.

Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляционно-мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно.



Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических. Процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, легкие, диафрагма, межреберные мышцы). Таким образом, говоря о специальной логопедической гимнастике, следует иметь в виду упражнения многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, плечевого пояса, грудной клетки.



Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки

определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

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

Учимся правильно выполнять артикуляционные упражнения

Освоив основные движения артикуляционных органов (губ, языка, щёк, нижней челюсти), ребёнку будет намного проще справиться и с правильной артикуляцией звуков.

Выполнять артикуляционные упражнения следует перед зеркалом: ребёнок должен визуально контролировать работу своих речевых органов.

Не бросайте работу даже если не всё будет получаться правильно. В каждом деле важны умения и навыки. А они приобретаются не сразу. На одно занятие с ребёнком в домашних условиях берите 2-3 упражнения.

Продолжительность тренировки – до 15-20 минут. Начните с 5 минут и постепенно увеличивайте продолжительность занятий.

Упражнение для языка и нижней челюсти «Язык-кисточка»

Ребёнок должен войти в роль маляра. Его язык превращается в кисточку: во рту надо делать ремонт! Потолки в домике Язычка высокие, поэтому рот надо раскрыть как можно шире. Язычок-кисточка тянется вверх и красит потолок-нёбо вдоль и поперёк. Обязательное условие: кончик языка крепко прижимается к поверхности нёба, иначе «потолок окажется не покрашенным»! И ещё: «двери» в домике (зубы, губы) закрывать нельзя!



Закончив покраску потолка-нёба, язык –кисточка красит и двери-зубки, и двери-губки с наружной и внутренней стороны.

Это упражнение динамическое

Упражнение для языка и нижней челюсти «Волна»

Ребёнок видел морскую волну? Она то накатывает на берег, то убегает от него.

Вот сейчас – волна как раз «накатила». Рот широко открыт. Кончик языка крепко упирается в нижние резцы. Прилив... Подержав какое-то время язык в этом положении, убрать его глубоко-глубоко в рот. Отлив.

...

Повторить это чередование несколько раз.

Это упражнение - динамическое.

Если выполнить только первую часть упражнения, название его можно изменить на «Горочку», «Катушечку». В отличие от «Волны», эти упражнения - статические.

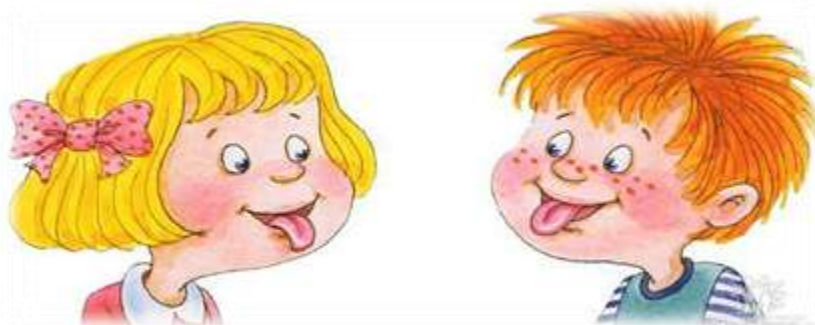


Упражнение для языка «Маятник»

Язык-маятник отклонять то в одну, то в другую сторону (как показано на фотографиях слева и справа). Вот так и чередовать: «тик-так, тик-так, ...». Тикают ходики на стене, движется узкий, длинный язычок им в такт: из стороны в сторону, дотрагиваясь кончиком то до правой, то до левой щёчки... Тренируется. Становится сильным и ловким.

Это упражнение ещё называется «Часики».

Упражнение динамическое, делается под счёт «раз-два, раз-два...»



Упражнения для губ

1. Улыбка.

Удержание губ в улыбке. Зубы не видны.

2. Хоботок (Трубочка).

Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

3. Заборчик.

Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

4. Бублик (Рупор).

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

5. Заборчик - Бублик. Улыбка - Хоботок.

Чередование положений губ.

6. Кролик.

Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы



Упражнения для губ и щек

1. Покусывание, похлопывание и растирание щек.

2. **Сытый хомячок.**

Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.

3. **Голодный хомячок.**

1) Втянуть щеки.

2) Надуть две щеки, затем надувать по очереди.

4. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

Тренировка мышц глотки и мягкого неба

1. Позевывать с открытым и закрытым ртом.

Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.

2. Произвольно покашливать.

Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки.

Покашливать с высунутым языком.

3. Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.

Полоскать горло тяжелой жидкостью (киселем, соком с мякотью, кефиром).

4. Глотать воду маленькими порциями (20 - 30 глотков).

Глотать капли воды, сока.

5. Надувать щеки с зажатым носом.

6. Медленно произносить звуки к, г, т, д.