

Консультация для родителей

«Польза артикуляционной гимнастики»

Учитель-логопед: Щербаха Н.Б

Правильная и красивая речь – это одно из самых важных условий для всестороннего и полноценного развития дошкольника, его успеваемости в детском саду, а в недалеком будущем – в школе, вузе, профессии, личной и общественной жизни.

Чтобы четко и разборчиво произносить слова, необходимо укреплять речевой аппарат – для этого и нужна артикуляционная гимнастика, которая помогает хорошо натренировать губы, язык, нёбо и другие мышцы, участвующие в процессе звукопроизношения.

Наша статья для тех, кто хочет знать, какие существуют виды артикуляционной гимнастики, в чем ее польза и как правильно заниматься с малышами.

Что такое артикуляционная гимнастика?

Верное произношение звуков зависит от подвижности органов артикуляционного аппарата и их слаженной работы. С младенчества малыш начинает овладевать двигательными навыками, в том числе, мимикой и артикуляцией. Его речь формируется в процессе общения с близкими взрослыми, и любая погрешность может отразиться на дальнейшем поведении, развитии и здоровье в целом.

Крохи, которые нечетко или неправильно разговаривают, заикаются, со временем осознают свой недостаток и начинают его стесняться – избегать общения и принятия решений, не любить себя, переживать по малейшему поводу.

Артикуляционная гимнастика – это комплекс занятий, который проводит с ребенком специалист логопедии для активного развития органов речи, а приобретение органами подвижности, гибкости и скоординированности движений – залог богатого словарного запаса и корректного произношения.

Цели и задачи артикуляционной гимнастики

Артикуляционная гимнастика – это один из самых эффективных способов, помогающих преодолеть речевые нарушения у детей. Основная цель логопедических упражнений – выработать у малышей полноценные движения и определенное положение речевых органов, научить дошкольников преобразованию простейших артикуляционных движений в более сложные для верного произношения каждого конкретного звука и слова.

Основными задачами артикуляционной гимнастики является укрепление органов артикуляции и их корректная работа. Для этого логопед работает с:

1. языком (задача – укрепить мышцы, развить подвижность, растянуть подъязычную связку, научить удерживать язык в широком и узком положениях, в форме чашечки);
2. губами (задача – укрепить мышцы, развить их гибкость, научить удерживать в конкретной позиции);
3. щеками (задача – упрочнить мускулатуру, развить координацию движений);
4. нёбом (задача – научить малыша контролировать подъем и опускание верхней челюсти, достичь подвижности мягкого нёба);

5. нижней челюстью (задача – развить гибкость и маневренность).

В чем польза занятий артикуляционной гимнастикой?

Как мы знаем, речевой навык не является врожденным, речь формируется у малышей постепенно, в процессе их взросления. Артикуляционные занятия сильно влияют на успешное развитие ребенка, а освоенная правильная речь – это основной показатель готовности к обучению в школе.

Малыш, который выполняет артикуляционную гимнастику:

- готов к первому классу;
- активно стремится познавать мир;
- разговаривает ярко и выразительно;
- имеет богатый словарный запас (в соответствии со своим возрастом);
- охотно общается со сверстниками и взрослыми;
- рано начинает осваивать навыки чтения и письма.

Помимо этого, регулярные занятия способствуют:

- развитию мелкой моторики;
- улучшению кровоснабжения органов артикуляции;
- подвижности органов артикуляции;
- укреплению мышечной системы;
- уменьшению напряженности органов речи;
- прекращению заикания.

Все артикуляционные органы связаны с мозговой деятельностью человека, поэтому можно говорить о том, что гимнастика будет способствовать не только грамотной и красивой речи, но и развитию других психических функций: памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения. Кроме того, успешный ребенок отличается от сверстников эмоциональным и физическим здоровьем, стремлением к обучению и общению, дисциплиной, высокими познавательными функциями, хорошим настроением, уверенностью в себе.

Виды артикуляционной гимнастики

Артикуляционная гимнастика классифицируется на:

1. пассивную (когда специалист или родитель на начальном этапе выполняют упражнения за малыша);
2. активную (когда ребенок способен самостоятельно выполнять задания вслед за взрослым).

По содержанию упражнения бывают:

1. беззвучными;
2. с участием голоса;
3. статическими (для формирования артикуляционного уклада);
4. динамическими (для формирования точных артикулярных позиций);
5. вырабатывающими верную позу;

6. вырабатывающими верное выполнение движений.

В зависимости от возраста и развития ребенка, занятия артикуляционной гимнастикой могут различаться по целям:

1. для профилактики речевых нарушений;
2. коррекционные/реабилитационные упражнения;
3. занятия для постановки диагноза.

Логопед может проводить уроки артикуляции:

1. индивидуально;
2. в малых группах;
3. в больших группах.

Выбирает упражнения специалист, исходя из того, чему конкретно нужно научить ребенка.

Примеры артикуляционных упражнений

При планировании занятий логопед должен учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка: его возраст, имеющиеся навыки, особенности развития, поведения и здоровья.

Например, заикающимся малышам рекомендуют упражнения, расслабляющие мимические и артикуляционные мышцы, а трехлетним пациентам с задержкой речевого развития показаны коррекционные и реабилитационные занятия.

Детей, которые по мнению взрослых, говорят хорошо, не следует освобождать от упражнений, лучшим решением будет давать им более сложные задачи, активно поощрять, хвалить и ставить в пример другим.

Упражнения для развития губ

1. **«Улыбка»**. Улыбаться нужно не только для общения и радости, но и для приобретения верной дикции.

Как выполнять: предложите малышу широко улыбнуться, но не показывая при этом зубки, и замереть с такой улыбкой на 5-7 секунд.

2. **«Трубочка»** – одно из самых простых, но полезных упражнений для малышей.

Как выполнять: нужно вытянуть губы трубочкой и попеременно выдувать и вдувать воздух, надувать и вытягивать щеки.

3. **«Рупор»** – полезное задание для усовершенствования дикции.

Как выполнять: следует показать сомкнутые зубки, приоткрыв рот и чуть выставив губы вперед.

Гимнастика для языка

1. **«Красим забор!»**. Динамичные упражнения и игру любят все дети.

Как выполнять: предложите ребенку представить свой язык в виде кисточки и раскрасить «этой кисточкой» свои зубы – воображаемый «забор».

2. **«Сердитый кот»**.

Как выполнять: пусть язык малыша на этот раз выполняет роль рассерженного котенка – извивается, шипит, выгибает спину.

3. **«Часы»** – упражнение не только укрепляет мышцы языка, но и помогает научиться распознавать время.

Как выполнять: для маленьких или еще не умеющих определять время детей нужно повесить перед глазами часы, взрослый называет определенное время, которое ребенок должен изобразить, поставив язык в положение часовой стрелки.

Упражнения для щек

1. Нужно надуть сначала обе щеки одновременно, а потом – попеременно.
2. Набрать в рот воды и перегонять ее из правой щеки в левую, а потом – наоборот.
3. Несколько раз втянуть щеки в ротовую полость между зубами.

Зарядка для нижней челюсти

Логопед предлагает малышу:

1. открывать и закрывать рот, строя при этом движениям ребенка препятствия своими руками (руки специалисты обязательно должны быть в медицинских перчатках);
2. совершать жевательные движения;
3. подвигать нижней челюстью попеременно влево и вправо.

Обо всех методах и упражнениях артикуляционной и дыхательной гимнастики рассказывают преподаватели нашего института на дистанционном [курсе «Артикуляционная и дыхательная гимнастики в системе работы логопеда по формированию правильного звукопроизношения»](#). Наши слушатели не только осваивают верную технику звукопроизношения, но и приобретают новую профессию, подтвержденную московским дипломом, и сразу находят работу в логокоррекционных кабинетах, помогают детям и взрослым справиться с речевыми нарушениями.

Консультация логопеда перед занятиями необходима каждому ребенку, чтобы исключить противопоказания и подобрать наилучший вариант упражнений. Даже если родители готовы сами заниматься с детьми дома – специалист проведет консультацию, на которой покажет родителям, что и как делать, и расскажет, какие правила нужно соблюдать.

Родителям на заметку: правила артикуляционной гимнастики

Для родителей, желающих самостоятельно заниматься со своими детьми, мы подготовили памятку из правил, которым нужно следовать в процессе упражнений в домашних условиях.

1. Заниматься с малышом следует ежедневно, два раза в день (например, с утра и ближе к вечеру).
2. С момента последнего приема пищи должно пройти больше часа.
3. Продолжительность урока не должна превышать десяти минут.
4. Для упражнений потребуется большое зеркало, чтобы ребенок мог сам отслеживать ваши и собственные движения и действия.
5. Каждое упражнение нужно повторяться по 4-6 раз для выработки рефлекса и лучшего запоминания.
6. Если малыш устал и капризничает – лучше сделать перерыв.
7. Старайтесь проводить занятия в форме игры, иначе через несколько дней ребенку станет неинтересно.
8. Если у крохи не получается выполнить упражнение правильно – можно скорректировать его движения при помощи чайной ложки или собственного пальца, но не следует использовать инвентарь, если ребенку это не нравится.

9. Помните, что качество в данном случае намного важнее количества.
10. Начинайте с самых простых уроков, постепенно переходя к более сложным.
11. Наберитесь терпения и помните, что с первого раза редко у кого получается выполнять артикуляционные упражнения правильно.