

Что такое артикуляционная гимнастика, как ее выполнять?

Хорошая, правильная речь является незаменимым условием гармоничного развития личности ребенка. Чем лучше развита речь, тем проще ему излагать свои мысли, выражать чувства, общаться с другими людьми. Открываются новые возможности в познании окружающего мира посредством речи и речевого общения.

Формирование речи начинается с того самого момента, как малыш начинает слушать слова мамы, папы, родственников и т.д. Ведь не зря психологи настоятельно рекомендуют разговаривать с младенцами, все свои действия сопровождать какими-либо стишками или потешками.

Далее речь взрослого становится для ребенка образцом для подражания. Очень важно на данном этапе следить за своими словами, правильным произношением.

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

Став дошкольниками, многие дети уже осознают недостатки в своей речи, если они имеются, и это может сыграть определенную негативную роль в их поведении и дальнейшем общении. Они становятся

стеснительными, молчаливыми, избегают сверстников. Очень важно заметить этот факт и принять все необходимые меры.

Но лучше – предупредить возможные нарушения речи. В этом поможет артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика является незаменимым инструментом в формировании правильного произношения.

Ее цель – выработка направленных и точных артикуляционных положений и движений органов, которые принимают участие в формировании звуков (язык, губы, небо, гортань).

Мы, взрослые, выполняем упражнения для разных групп мышц, чтобы держать их в тонусе. Язык – это тоже мышца, более того – самая сильная в нашем организме. Ее также необходимо тренировать.

Рекомендации для проведения артикуляционной гимнастики:

1. Занятия лучше проводить ежедневно в первой половине дня, когда ребенок еще не успел устать.

2. Длительность занятия – 3 – 5 минут.

3. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

4. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

5. Не следует предлагать более 3-4 упражнений.

6. Из выполняемых упражнений новым может быть только одно.

7. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

8. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

9. Обязательно используйте зеркало, чтобы ребенок видел, в каком положении находится его язык и губы. Дело в том, что не все дети, так сказать, чувствуют положение органов речи в пространстве, поэтому их (органы) нужно видеть. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

10. Чтобы ребенку было интересно, можно сгруппировать упражнения и придумать «Сказку для язычка».

11. Безусловно, ребенок должен быть в хорошем настроении. Если малыш отказывается выполнять упражнения, то отложите занятия до более подходящего момента.

12. Используйте в ходе занятий картинки, которые сопровождают каждое упражнение. Их можно распечатать или нарисовать.

13. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.
14. Не расстраивайтесь, если ребенок не может выполнить некоторые упражнения. Будьте терпеливы, и все получится!

Организация проведения артикуляционной гимнастики

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

2. Взрослый показывает выполнение упражнения.

3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

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.

4. Если у ребенка не получается какое-то движение, помогать ему (шпателем, ручкой чайной ложки или просто чистым пальцем).

5. Для того чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

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

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

Прежде, чем приступить к выполнению упражнений, обязательно прочтите рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.

В процессе выполнения упражнений следите за тем, чтобы нижняя челюсть опускалась свободно вниз, гласные звуки сначала произносите немного подчеркнуто.

Список использованной литературы

1. Анищенкова Е. С. "Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников". Издательство: АСТ – 2012 г.
2. Краузе Е. К. "Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. Практическое пособие". Издательство: Корона-Принт, 2010 г.
3. Костыгина В. И. "Бу-Бу-Бу. Артикуляционная гимнастика (2-4 года)". Издательство: Карапуз- 2007 г.
4. Пожиленко Е. А. "Артикуляционная гимнастика: методические рекомендации по развитию моторики, дыхания и голоса у детей..." Издательство: Карапуз – 2006г