

## Методика проведения артикуляционной гимнастики

### Методические рекомендации воспитателям

На начальном этапе рекомендуется артикуляционная (речевая) гимнастика для развития, уточнения и совершенствования основных движений органов речи.

Цель артикуляционной гимнастики – выработка полноценных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата (артикуляционных укладов), необходимых для правильного произношения звуков.

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, шёк, губ;
- научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;
- увеличить амплитуду движений;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов;
- подготовить ребёнка к правильному произношению звуков.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать. Проводить гимнастику надо ежедневно, чтобы выработать у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными. Её можно делать перед общей утренней зарядкой или перед завтраком в течении 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений.

Артикуляционную гимнастику можно проводить подгруппами или индивидуально. При отборе материала надо соблюдать последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить её надо эмоционально, в игровой форме. Упражнения выполняются сидя или стоя перед зеркалом, дети должны видеть лицо педагога и своё.

Педагог следит за качеством выполняемых движений: точностью и правильностью движения, плавностью, достаточным объёмом движения, темпом выполнения, устойчивостью, хорошей переключаемостью с одного движения на другое, симметричностью, наличием лишних движений.

## **Требования к проведению общей артикуляционной гимнастики**

1. Все упражнения выполняются в форме игры или с использованием игровых приёмов.
2. Для контроля артикуляционной моторики обучающийся и ребёнок имеют по индивидуальному зеркалу.
3. Обучающий показывает, что нужно делать языком или губами, затем постепенно добиваться того же от ребёнка.
4. Обучающий следит, чтобы при выполнении упражнения губы и язык ребёнка не отклонялись в сторону. А воздушная струя была по центру.
5. Обязательно научить удерживать язык распластанным в любой позиции.
6. Обучающий предупреждает, удерживает от быстрых, беспорядочных движений речевых органов; каждая правильная позиция языка, губ, или нижней челюсти фиксируется на счет до 3-х. иногда и дольше.
7. Ребёнку не надо говорить, что он чего-то не может сделать, у него не получается, так как это может привести к отказу от занятий. Наоборот, надо подбодрить его: «Язычок сегодня устал и не хочет слушаться, но скоро он это сделает. У тебя хороший язычок».
8. Для образования двигательных навыков органов речи требуются систематические занятия не менее двух раз в день-утром и вечером. Для детей трёх-четырёх лет – по пять-семь минут, а пяти лет-по десять-пятнадцать минут.  
Ежедневно повторяются два-три прежних упражнения и даётся одно новое.
9. Вся работа проводится сидя: в это время у ребёнка спинка прямая, руки и ноги в спокойном состоянии, он не напряжен.  
Специфика артикуляционных упражнений определяется индивидуальными затруднениями ребёнка.

Работа над каждым упражнением идёт в определённой последовательности:

- рассказ педагога о предстоящем упражнении с использованием игровых приёмов;
- показ педагогом упражнения;
- выполнение детьми упражнения перед зеркалом;
- проверка правильности выполнения, указание на ошибку;
- выполнение упражнения без зеркала (если это возможно),

На подготовительном этапе используются два вида общеразвивающих упражнений – статистические и динамические, с образным названиями, Статистические упражнения направлены на удержание артикуляционной позы в течении 6-10 секунд.

Динамические требуют ритмического повторения по 6-8 раз движений, координации, хорошей координации.

## **Статистические упражнения для языка**

«ПТЕНЧИКИ» Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

«ЛОПАТОЧКА» Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

«ЧАШЕЧКА» Рот широко раскрыт, Передний и боковые края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

«ИГОЛОЧКА», «СТРЕЛОЧКА», «ЖАЛО» Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперёд.

«ГОРКА», «КИСКА СЕРДИТСЯ» Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

«»ТРУБОЧКА» Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.

«ГРИБОК» Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

## **Динамические упражнения для языка**

«ЧАСИКИ», «МАЯТНИК» Рот открыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянутся под счёт педагога к уголкам рта.

«ЗМЕЙКА» Рот широко раскрыт. Узкий язык сильно выдвинут вперёд и убрать в глубь рта.

«КАЧЕЛИ» Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

«ФУТБОЛ», «СПРЯЧЬ КОНФЕТКУ» Рот закрыт. Напряжённым языком упереться изнутри то в одну, то в другую щеку.

«ПОЧИСТИМ ЗУБЫ» Рот закрыт. Круговыми движениями языка обвести между губами и зубами.

«КАТУШКА» Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «звукатывается» вперёд и упирается в глубь рта.

«ЛОШАДКА» Присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

«ГАРМОШКА» Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

«ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ» Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта.

«МАЛЯР» Рот открыт. Широким кончиком языка. Как кисточкой, ведём от верхних резцов до мягкого нёба.

«ОБЛИЖЕМ ГУБКИ» Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.

## **Упражнения для губ**

«УЛЫБКА» Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

«ЗАБОРЧИК» Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.

«ТРУБОЧКА» Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

«ХОБОТОК» Вытягивание сомкнутых губ вперед.

«БУБЛИК», «РУПОР» Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

«ЗАБОРЧИК»-«БУБЛИК»; «УЛЫБКА»-«ХОБОТОК» Чередование положения губ.

«КРОЛИК» Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.