

Артикуляционная гимнастика. Первые шаги

Гимнастика для рук и ног – это привычное и знакомое нам дело. Ведь мы тренируем их, чтобы стать ловкими, сильными и подвижными. А зачем тренировать язык? Оказывается, язык – это главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима.



Артикуляционная гимнастика представляет собой комплекс упражнений для развития артикуляционного аппарата – повышение подвижности и развития моторики губ, языка, щек, уздечки, что требуется для правильного воспроизводства звуков.

Научить детей дошкольного возраста говорить чисто и правильно – важнейшие цели, которые стоят перед педагогами и родителями.

Артикуляционная гимнастика служит не только средством исправления появившихся недостатков произношения. Она отличный способ профилактики дефектов речи, так как обеспечивает развитие подвижности речевого аппарата. Нарушенное произношение у ребенка трех лет свидетельствует о неразвитом артикуляционном аппарате. Появившиеся дефекты по мере взросления закрепятся в речи, если меры по их устранению не будут приняты. Выполнение упражнений на развитие речевого аппарата нужно начинать в самом раннем возрасте.

С малышами до года нужно заниматься во время бодрствования. Простейшее цоканье, уханье, фыркание, писк, разговор разными голосами и с различной громкостью принесут пользу ребенку, обусловят развитие речи в раннем возрасте и до года.

Занятия с ребенком 2–3 лет проводятся в качестве профилактики дефектов произношения и устранения уже появившихся нарушений речи.

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

- улучшить подвижность органов артикуляционного аппарата;
- укрепить мышцы языка, губ, щек;
- научить ребенка удерживать определенную артикуляционную позу;
- уменьшить напряженность артикуляционных органов, а также является основой формирования речевых звуков.

Проводить артикуляционную гимнастику следует ежедневно, чтобы закрепить двигательные навыки. Выполнять упражнения нужно в спокойном темпе, без напряжения и под контролем. Гимнастику лучше всего проводить в положении сидя, т.к. тело находится в расслабленном состоянии. 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.

Упражнения артикуляционной гимнастики для детей раннего возраста

Начинать артикуляционную гимнастику с самыми маленькими нужно непринужденно, но ежедневно, например, утром, во время умывания. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Вот пример, основных и наиболее простых для выполнения упражнений, с которых следует начинать занятия артикуляционной гимнастикой с детьми раннего возраста:

«Улыбнись маме»

- Попросите малыша улыбнуться Вам (или папе, бабушке)
- Сами покажите, как нужно улыбаться
- Пусть ребенок удерживает улыбку как можно дольше.

В будущем можете поиграть так: малыш улыбается, а вы нажимаете на его щечки большим и указательным пальцами, пытаясь сделать «трубочку». Но малыш должен «сопротивляться» и продолжать удерживать улыбку. Обычно эта игра очень веселит ребят.

«Поцелуй маму»

- Попросите малыша поцеловать вас в щечку. Упражнение и приятное, и полезное!
- После того как малыш научился вытягивать губки трубочкой и растягивать их в улыбке.

«Воздушный шарик»

- Попросите малыша надуть обе щеки: «Надувайся, пузырь, надувайся, большой!»
- Затем аккуратно нажмите указательными пальцами на надутые щеки ребенка: «Бам!» Звук, который при этом получится, не оставит равнодушным никого!

«Домик для язычка»

- Попросите кроху широко открыть рот, показать как зевает бегемот.
- Теперь с открытым ртом пробуем высунуть язык.
- Держим язык 2-3 секунды, не закрывая рот.

- Убираем язычок, рот закрываем.
- Следует повторить упражнение 3-5 раз.

При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Для маленького ребёнка речевая гимнастика – это большой труд, поэтому важно превратить выполнение упражнений в интересную игру.

От рождения до трёх лет в развитии речи ребёнка наблюдается сензитивный период – самое ответственное и благоприятное время в формировании речевых навыков. Уделяя внимание малышу в таком возрасте, вы избавитесь от проблем с развитием. Правильная речь ребёнка обуславливает успешное общение со сверстниками и взрослыми, успеваемость в школе. Начинайте проводить артикуляционную гимнастику с детьми с самого раннего возраста, используйте интересные и разнообразные способы привлечения их к работе: картинки, игрушки, кубики. Не заставляйте дошкольников, если у них что-то не получается, — помогайте им. Не забывайте проводить гимнастику каждый день, тогда количество перерастёт в качество, и ребёнок научится выполнять всё быстро и уверенно. А качественно выполняемая артикуляционная гимнастика — это залог чистой и правильной речи.