

## ВЕСЕЛАЯ АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Гимнастика для рук, ног – дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так «без костей»? Оказывается, язык – главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками. Чтобы эта проблема не возникала у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше.

Артикуляционная гимнастика - это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом

процессе.



Произношение звуков речи – это сложный двигательный навык, которым ребенок овладевает с младенческих лет, проделывая массу разнообразных артикуляционных и мимических движений языком, губами, нижней челюстью,

сопровождаемых диффузными звуками (бормотанием, лепетом). Они являются первым этапом в речевом развитии ребенка. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у малыша постепенно.

Детям двух, трех, четырех лет **артикуляционная гимнастика** поможет быстрее «поставить» правильное звукопроизношение. При этом не надо сидеть перед зеркалом, а можно выполнять эти

упражнения просто в виде игры во время чистки зубов или просто во время любой другой игры. Такие упражнения, как улыбка-трубочка (хоботок слоника), чистим зубы, облизываем губы, высовываем узенький язычок, цокаем как лошадка, качаем язычок и т.д. Даже надувание шариков и пускание мыльных пузырей развивает артикуляционную моторику. При этом эти упражнения не заметны, но очень важны для развития не только звукопроизношения, но и мимики.

Дети пяти, шести лет и далее смогут при помощи **артикуляционной гимнастики** во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения. Но здесь уже необходима специальная артикуляционная логопедическая гимнастика – это упражнения для многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, шеи, плечевого пояса, грудной клетки. При этом обязательно нужно знать, какие органы и мышцы артикуляционного аппарата и их движения характерны для произношения определенных звуков.

Наиболее подвижным органом артикуляционного аппарата является **ЯЗЫК**. Он состоит из корня языка и спинки, в которой различают заднюю, среднюю и переднюю части. Наиболее активны кончик языка и его боковые края, так как от их работы зависит качество произносимых звуков. В зависимости от того, какая часть языка наиболее активна в образовании согласных звуков, их подразделяют на переднеязычные, среднеязычные и заднеязычные.

Так же в образовании звуков важна подвижность губ. **Губы** могут: вытягиваться в трубочку (при звуке У), округляться (при звуке О), обнажать передние верхние и нижние зубы (при произношении свистящих звуков), слегка выдвигаться вперед рупором (при произношении шипящих звуков).

**Нижняя губа** также смыкается с верхней губой (при звуках п, б, м), образует щель, приближаясь к верхним передним зубам (при звуках ф, в).

Когда **мягкое небо** опущено, то выдыхаемая струя воздуха проходит через нос; так образуются носовые звуки. Если мягкое небо поднято, то оно прижимается к задней стенке глотки и образует затвор. При помощи которого образуются ротовые звуки.

Таким образом, при произнесении различных звуков речевые органы занимают строго определенное положение. Но так как мы говорим звуки не изолированно, а слитно, плавно следуя от одного к другому, то и органы артикуляционного аппарата быстро переходят от

одного положения в другое. Четкое и правильное произношение слов, фраз возможно только при достаточной подвижности всех органов артикуляционного аппарата.

**Цель артикуляционной гимнастики:** выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.



Поэтому одним из важнейших разделов работы логопеда при коррекции нарушений звукопроизношения является артикуляционная гимнастика. Но очень важно не только правильно подобрать упражнения, но и регулярно их выполнять не только с логопедом на занятиях, но и дома с родителями.

Поначалу артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом. Ребенок должен видеть, что язык делает. Мы, взрослые, не задумываемся, где находится в данный момент язык (за верхними зубами или за нижними). У нас артикуляция – автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь. При этом необходимо соблюдать принцип «от простого к сложному».

Не надо огорчаться, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза не только у ребенка, но даже и у Вас. Попробуйте повторить их вместе с ребенком, признаваясь ему: «Смотри, у меня тоже не получается, давай вместе попробуем». Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и все получится. Занимайтесь с ребенком ежедневно по 5-7 минут самостоятельно и по рекомендации логопеда. Проводить артикуляционную гимнастику лучше всего в виде сказки или просто увлекательного занятия.