**Организация и проведение**

**артикуляционной**

**гимнастики.**

Добиться четкого произношения звуков, слов, фраз можно только при условии достаточной подвижности органов артикуляционного аппарата, к которым отно­сятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо, их спо­собности перестраиваться и работать координированно. Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются у ребенка постепенно, в процес­се речевой деятельности.

Работа по развитию основных движений органов ар­тикуляционного аппарата проводится в форме артику­ляционной гимнастики.

Артикуляционная гимнастика — совокупность спе­циальных упражнений, направленных на укрепление мышц речевого аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированных движений органов, принима­ющих участие в речи.

При произнесении различных звуков речевые органы (язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо) занимают строго определенное положение. Но так как в речи звуки произносятся не изолированно, а слитно, плавно следуя один за другим, то и органы артикуляционного аппарата быстро переходят из одного положения в другое.

Цель артикуляционной гимнастики — выработка полноценных движений и определенных положений органов речедвигательного аппарата, умение синтезиро­вать простые движения в сложные, что особенно необ­ходимо для правильного произнесения звуков родно­го языка.

Артикуляционная гимнастика — основа формирования речевых звуков (фонем) и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии (причины). Гимнастика включает в себя упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки всевозможных положений губ, языка, мягкого нёба, необходимых для правильного произнесения той или иной фонемы.

Занятия проводятся по следующей схеме: вначале формируются грубые, диффузные движения упражняемых органов. По мере их усвоения переходят к выработке более дифференцированных тонких движений.

Работа организуется следующим образом:

1. Педагог рассказывает ребенку о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

2. Педагог показывает выполнение упражнения.

3.Упражнение выполняет ребенок, а педагог проверяет правильность выполнения.

Упражнения должны быть целенаправленными: не столько важно их количество, сколько важны правильный подбор и качество их выполнения. Недостаточно будет только правила но отобрать упражнения, важно научить ребенка правильно их выполнять: отработать чистоту, четкость движений; их плавность, силу, темп; точность движений при смене одного другим, что особенно важно при произношении слогов, слов, в спонтанной речи, в процессе общения.

Точность движения речевого органа определяется правильно­стью конечного результата, что может быть оценено конечным местоположением и формой этого органа. Плавность и лег­кость движения предполагают движения без толчков, подерги­ваний, дрожания органа (напря­жение мышцы всегда нарушает плавность и мягкость движе­ния); движение должно совер­шаться без вспомогательных' или сопутствующих движений в других органах. Темп — это ско­рость движения. Вначале движе­ние производится несколько за­медленно, педагог регулирует темп при помощи отстукивания рукой или счета вслух, постепен­но ускоряя его. Затем темп дви­жения должен стать произволь­ным — быстрым или медлен­ным.

Устойчивость конечного ре­зультата означает, что полученное положение органа удерживается без изменений произвольно дол­го. Переход (переключение) *к* другому движению и положению должен совершаться плавно и достаточно быстро.

Таким образом, требуется вы­работать умение точно прини­мать требуемую позу, удерживать ее, плавно переключаться с од­ной артикуляционной позы на другую, выполнять движения в нужном темпе.

При отборе материала для ар­тикуляционной гимнастики не­обходимо соблюдать определен­ную последовательность — идти от простых упражнений к более сложным.

В любом упражнении все движения органов артикуляци­онного аппарата осуществля­ются последовательно, с пауза­ми перед каждым новым дви­жением, чтобы взрослый мог контролировать качество дви­жения, а ребенок — ощущать, осознавать, контролировать и запоминать свои действия. Сначала упражнения выполня­ются в медленном темпе перед зеркалом, т.е. для достижения конечного результата исполь­зуется зрительный самоконт­роль.

После того как ребенок на­учится выполнять движения, зеркало убирают, и функции контроля берут на себя соб­ственные кинестетические ощу­щения ребенка (ощущения дви­жения и положения органов артикуляционного аппарата). С помощью наводящих вопро­сов взрослого ребенок определя­ет, что делает его язык (губы), где он находится, какой он (широ­кий, узкий) и т.д. Это дает детям возможность делать свои первые «открытия», вызывает интерес к упражнениям, повышает их эф­фективность.

Упражнения перед зеркалом педагог выполняет вместе с ре­бенком. Для этого педагог сам должен уметь показать правильную артикуляцию и ощущать положения и движения органов своего артикуляционного аппа­рата без зрительного контроля, что требует определенного на­выка и достигается путем трени­ровки.

Закрепление любого навыка требует систематического по­вторения действия, поэтому про­водить артикуляционную гим­настику надо ежедневно, жела­тельно 2—3 раза в день, чтобы вырабатываемые двигательные навыки становились более проч­ными. Упражнение не должно доводить орган до переутомле­ния. Первый признак утомле­ния — снижение качества дви­жения, что служит показанием к временному прекращению дан­ного упражнения.

Дозировка количества повто­рений одного и того же упражне­ния должна быть индивидуаль­ной как для каждого ребенка, так и для каждого данного периода работы с ним. При статических упражнениях рекомендуется удерживать положение под счет от 1 до 7, в зависимости от пери­ода работы, выполняя по 3— 5 подходов. При динамических упражнениях движения повто­ряются от 3 до 7 раз также в за­висимости от периода работы, за 3—5 подходов.

В ходе занятия из выполняе­мых упражнений новыми могут быть не более одной трети, две трети остаются для повторения. Если какое-то упражнение вы­полняется недостаточно качественно, новое упражнение не вводится. Повторный материал продолжает отрабатываться с использованием для его закреп­ления новых игровых приемов, образов.

Артикуляционную гимнасти­ку обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребен­ка спина прямая, тело не напря­жено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии. Разме­щать детей надо так, чтобы все они видели лицо педагога, кото­рое должно быть хорошо осве­щено.

Педагог должен следить за качеством выполняемых каж­дым ребенком движений, в про­тивном случае артикуляционная гимнастика не достигнет своей цели.

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

Не все дети овладевают дви­гательными навыками одновре­менно, поэтому к каждому ре­бенку необходим индивидуаль­ный подход. Нельзя говорить малышу, что он делает упражне­ние неверно — это может при­вести к отказу выполнять дви­жение. Надо показать ребенку его достижения, подбодрить («Видишь, твой язычок уже на­учился быть широким. Ничего, твой язычок обязательно на-

учится подниматься кверху»).

На подготовительном этапе используются два вида общеразвивающих упражнений: стати­ческие и динамические с образ­ными названиями.

Статические упражнения на­правлены на удержание артику­ляционной позы в течение 6— 10 с. Динамические упражнения требуют ритмического повторе­ния движений до 6—8 раз, коор­динации, хорошей переключае­мости.

Длительность проведения ар­тикуляционных упражнений и их дозировка зависят от компен­саторных возможностей самого ребенка, характера и тяжести речевого нарушения. Выполне­ние упражнений артикуляцион­ной гимнастики требуют от ма­лыша больших энергетических затрат, определенных усилий, времени и терпения. Эффектив­ность коррекционной работы по совершенствованию артику­ляционной моторики в значи­тельной мере определяются ак­тивностью самого ребенка, его инициативой, выносливостью, сосредоточенностью, работос­пособностью. Автоматизация любого навыка требует систе­матического повторения. Чтобы не пропал интерес к выполня­емой работе, гимнастика не дол­жна проводиться шаблонно, скучно; необходимо создать благоприятные условия, поло­жительный эмоциональный настрой, вызывать живой инте­рес, положительное отношение к занятиям, стремление пра­вильно выполнять упражнения. Для этого лучше всего исполь­зовать игру как основную дея­тельность детей, а следователь­но, самую естественную и при­влекательную для них форму занятий. В игре обязательно должен присутствовать элемент соревнования, должны быть награды за успешное выполне­ние упражнений. Каждому уп­ражнению в соответствии с выполняемым действием дается название (например, движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы — «Ка­чели»), к нему подбирается кар­тинка-образ. При выполнении упражнений артикуляционной гимнастики картинка служит ребенку образцом для подража­ния какому-либо предмету или его движениям. Педагог также приучает детей внимательно слушать словесную инструкцию, точно ее исполнять, запоминать последовательность действий. Для красочного и забавного оформления игры-занятия ис­пользуются игрушки, сказочные герои, стихотворные тексты. Если педагог видит, что группа в основном справляется с вы­полнением упражнения и только некоторым детям оно не совсем удается, он проводит с ними дополнительную индиви­дуальную работу.

Регулярное выполнение арти­куляционной гимнастики помо­жет:

— улучшить кровоснабжение ар­тикуляционных органов и их иннервацию (нервную прово­димость);

— улучшить подвижность арти­куляционных органов;

— укрепить мышечную систему языка, губ, щек;

— научить ребенка удерживать определенную артикуляцион­ную позу;

— увеличить амплитуду движе­ний;

— уменьшить спастичность (на­пряженность) артикуляцион­ных органов;

— подготовить артикуляционный аппарат ребенка к правильно­му произношению звуков.

Чтобы правильно подобрать упражнения для артикуляцион­ной гимнастики, надо знать, какие движения свойственны раз­личным органам артикуляционного аппарата. Наиболее по­движным речевым органом является *язык.* Он состоит из *корня языка* (основание, которым язык прикреплен к подъязычной кости) и *спинки,* в которой различают *заднюю, среднюю* и *пе­реднюю* части. Особо следует выделить кончик языка, которым заканчивается передняя часть языка, и боковые края передней и средней частей языка, так как от их работы зависит качество звуков. В зависимости от того, какая часть языка участвует в образовании согласных звуков, они делятся на переднеязычные *(т, д, н, л, р, ш, ж, ч, щ, с, з, ц),* среднеязычный *(и)* и задне­язычные *(к, г, х).*

*Передняя часть языка и его кончик* обладают наибольшей сте­пенью подвижности. Кончик языка может: опускаться за ниж­ние зубы (как при звуках *с, з, ц),* подниматься за верхние зубы (как при звуках *т, д, н),* прижиматься к альвеолам (как при звуке л), дрожать под напором выдыхаемой струи воздуха (как при звуке *р).* Передняя часть спинки языка может подниматься без участия кончика языка к альвеолам и образовывать с ними щель (как при звуках *с, з, ц* ), подниматься к нёбу вместе с кончиком языка и образовывать щель с твердым нёбом (как при звуках *ш9 ж, щ).*

*Средняя часть языка* наиболее ограничена в своих движе­ниях. Без продвижения передней или задней части она может только подниматься к твердому нёбу (как при звуке *и* и мягких согласных).

*Задняя часть языка* может подниматься и смыкаться с нёбом (как при звуках *к, г)* или же образовывать щель с нёбом (как при звуке *х).*

*Боковые края языка* могут прижиматься к внутренней поверх­ности коренных зубов и не пропускать вбок выходящую струю воздуха (как при звуках *с, з, ц, ш, ж, ч, щ, р),* опускаться и пропускать струю воздуха вбок (как при звуке *л).* Язык, принимая различные положения, меняет форму и объем полости рта, от чего зависит качество гласного звука.

Подвижность губ также играет роль в образовании звуков. *Губы* могут: вытягиваться в трубочку (как при звуке *у),* округлять­ся (как при звуке *о),* обнажать передние верхние и нижние зубы (как при звуках *с, з, ц, л* и др.), слегка выдвигаться вперед (как при звуках *ш, ж).* Наибольшей подвижностью обладает *нижняя губа.* Она может: смыкаться с верхней губой (как при звуках *п,6, м),* образовывать щель, приближаясь к верхним передним зу­бам (как при звуках *ф, в).*

*Нижняя челюсть* может опускаться и подниматься, изме­няя раствор рта, что особенно важно при образовании гласных звуков.

*Мягкое нёбо* может подниматься и опускаться. Когда мягкое нёбо опущено, то выдыхаемая струя воздуха проходит через нос; так образуются носовые звуки *м, м', н, н'.* Если мягкое нёбо поднято, то оно прижимается к задней стенке глотки и закрывает проход в нос; выдыхаемая струя воздуха тогда идет только через рот, и образуются ротовые звуки (все, кроме *м, м\ н, н').*

Таким образом, при произнесении различных звуков каж­дый участвующий в речевом процессе орган занимает опре­деленное положение. В речи звуки произносятся не изолиро­ванно, а плавно один за другим, и органы артикуляционного аппарата должны быстро менять свое положение. Добиться четкого произношения звуков, слов, фраз можно только при условии достаточной подвижности органов артикуляционного аппарата, их способности перестраиваться и работать коорди­нирование.

*Цель артикуляционной гимнастики* — выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционно­го аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков. Артикуля­ционная гимнастика является основой формирования речевых звуков — фонем — и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого нёба, необходимых для правильного произнесения как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Для выработки методики логопедической гимнастики важен учет особенностей возрастной моторики. Так, методика вос­питания речевых движений у маленького, еще не говорящего ребенка строится по следующему принципу: работа звукопроизносительного аппарата развивается и упорядочивается путем воспитания ритмических движений на базе уже имеющихся у ребенка автоматических движений, с которыми физиологически связана речевая функция. Эти неречевые движения, сформи­ровавшиеся из безусловных реакций, превращаются в речевые, в условные.