

## РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ (консультация для воспитателей и родителей)

**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.

Говоря о специальной логопедической гимнастике, мы имеем в виду упражнения для многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, шеи, плечевого пояса, грудной клетки. Чтобы работать эффективно, нужно иметь представление о строении органов артикуляции.



**СТРОЕНИЕ ОРГАНОВ АРТИКУЛЯЦИИ:** 1 – губы; 2 – резцы; 3 – альвеолы; 4 - кончик языка; 5 - спинка языка; 6 - корень языка; 7 - твердое нёбо; 8 - мягкое нёбо; 9 - голосовые складки (сомкнуты); 10 - - голосовые складки (разомкнуты);

Наиболее подвижным речевым органом является **язык**. Он состоит из **КОРНЯ ЯЗЫКА** (основания, которым язык прикреплен к подъязычной кости) и **СПИНКИ**, в которой различают **ЗАДНЮЮ, СРЕДНЮЮ И ПЕРЕДНЮЮ** части. Наиболее активны кончик языка и его боковые края (передней и средней частей), 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 (**Т, Д, Н, Л, Р, Ш, Ж, Ч, Щ, С, З, Ц**), среднеязычный (**й**) и заднеязычные (**К, Г, Х**).

**ПЕРЕДНЯЯ ЧАСТЬ ЯЗЫКА И ЕГО КОНЧИК** обладают наибольшей степенью подвижности. Кончик языка может: опускаться за нижние зубы (при звуках *с, з, ц*), подниматься за верхние зубы (при звуках *т, д, н*), прижиматься к верхним альвеолам (при звуке *л*), вибрировать, дрожать под напором выдыхаемой струи воздуха (при звуке *р*). Передняя часть спинки языка может подниматься без участия кончика языка к верхним альвеолам и образовывать с

ними щель (при звуках *с, з, ц*), подниматься к твердому нёбу вместе с кончиком языка и образовывать с ним щель (при звуках *ш, ж, щ*).

**СРЕДНЯЯ ЧАСТЬ СПИНКИ ЯЗЫКА** ограничена в своих движениях. Без продвижения передней или задней части она может только подниматься к твердому нёбу (как при звуке *й*, так и при мягких согласных).

**ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ ЯЗЫКА** может подниматься и смыкаться с твердым нёбом (при звуках *к, г*) или же образовывать с ним щель (звук *х*).

**БОКОВЫЕ КРАЯ ЯЗЫКА** могут прижиматься к внутренней поверхности коренных зубов и не пропускать в стороны выходящую струю воздуха (при звуках *с, з, ц, ш, ж, ч, щ, р*), опускаться и пропускать струю воздуха (при боковом звуке *л*). Язык, принимая различные положения, меняет форму и объем резонирующей полости рта, от чего зависит качество звука.

Подвижность губ также играет важную роль в образовании звуков и оказывает влияние на их качество. **ГУБЫ** могут: вытягиваться в трубочку (при звуке *у*), округляться (при звуке *о*), обнажать передние верхние и нижние зубы (при звуках *с, з, ц, л* и др.), слегка выдвигаться вперед рупором (при звуках *ш, ж*).

Наибольшей подвижностью обладает **НИЖНЯЯ ГУБА**. Она может: смыкаться с верхней губой (при звуках *п, б, м*), образовывать щель, приближаясь к верхним передним зубам (при звуках *ф, в*).

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

**МЯГКОЕ НЁБО**. Когда мягкое нёбо опущено, то выдыхаемая струя воздуха проходит через нос; так образуются носовые звуки *ж, м', н, н'*. Если мягкое нёбо поднято, то оно прижимается к задней стенке глотки и образует качественный нёбно-глочный затвор, то есть закрывает проход в **нос**; тогда выдыхаемая струя воздуха идет только через рот и образуются **РОТОВЫЕ** звуки (все, кроме *м, м', н, н'*).

Таким образом, при произнесении различных звуков речевые органы 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. Четкое произношение звуков, слов, фраз возможно только при условии достаточной подвижности органов речевого аппарата, их способности быстро перестраиваться и работать четко, строго координировано, дифференцированно.

## **ЦЕЛЬ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ**

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

*Упражнения должны быть целенаправленными:*

*важно НЕ ИХ КОЛИЧЕСТВО, а правильный подбор и КАЧЕСТВО ВЫПОЛНЕНИЯ.*

Для каждого ребенка комплекс составляется индивидуально с учетом его компенсаторных возможностей. Важно научить ребенка правильно выполнять артикуляторные упражнения: отработать чистоту, четкость движений; их плавность, силу, темп; точность движений при смене одного движения 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 местоположением и формой этого органа.

**Плавность и легкость движения** предполагают отсутствие толчков, подергиваний, дрожания органа. Напряженность мышцы всегда нарушает плавность и мягкость; движение должно выполняться без вспомогательных или сопутствующих движений других органов. **Темп** — это скорость движения. Вначале, на стадии овладения, допустим несколько замедленный темп, затем он регулируется при помощи отбивания ритма рукой, счета вслух. Важно отработать произвольную регуляцию темпа (быстро или медленно).

**Устойчивость** означает, что положение речевого органа произвольно удерживается без

изменений довольно долго.

**Переход к другому движению или положению** должен осуществляться плавно и достаточно быстро. Проводится гимнастика в эмоциональной, игровой форме.

В любом упражнении все движения органов артикуляционного аппарата осуществляются последовательно, с интервалами, паузами перед каждым новым движением, что позволяет взрослому проконтролировать качество движения, а ребенку — ощутить, осознать и запомнить свои действия. Сначала упражнения выполняются в несколько замедленном темпе обязательно перед зеркалом с целью зрительного самоконтроля. Как только ребенок овладевает движениями, зеркало убирается, контроль осуществляется с помощью собственных кинестических ощущений ребенка (ощущения движения, положения органов речевого аппарата). Наводящие вопросы помогают ребенку определить, что делает его язык (губы). Где он находится (за нижними зубами, за верхними). Какой он (широкий, узкий). Это вызывает интерес к упражнениям, повышает их эффективность, осмысленность.

Каждому упражнению в соответствии с выполняемым действием придумывается игровой образ. Так, например, движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы называются «Качели». К этому упражнению подбирается картинка-образ, которая удерживает внимание ребенка, делает его выполнение более качественным.

Важно научить ребенка не только внимательно выслушивать задание, но и понимать, точно выполнять его, запоминать последовательность движений.

Закрепление любого навыка требует кропотливой работы, систематического повторения, поэтому проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, желательно по два-три раза в день, с целью автоматизации движений. Важно избегать переутомления, так как это негативно отражается на качестве выполнения движений.

**Дозировка** (количество повторений) одного и того же упражнения *строго индивидуальна* для каждого ребенка. На первых занятиях в связи с повышенной утомляемостью упражняемой мышцы иногда приходится ограничиваться двукратным выполнением упражнений. В дальнейшем количество повторений возрастает до 15—20.

Из выполняемых упражнений новыми могут быть не более одной трети. Две трети остаются для повторения. Если какое-то упражнение выполняется недостаточно качественно, то новое упражнение не вводится. Продолжаем отрабатывать повторный материал, используя для его закрепления новые игровые приемы, образы.

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 они хорошо видели лицо взрослого, которое должно быть хорошо освещено. Необходимо следить за качеством выполняемых ребенком движений, в противном случае результативность гимнастики будет низкой.

На первых этапах при выполнении упражнений наблюдается напряженность движений мышц в органах артикуляционного аппарата. Постепенно напряженность исчезает, движения становятся непринужденными, координированными, возрастает их дифференцированность. Важно поощрять успехи малыша, систематически показывать ему его достижения, подбадривать. Негативные замечания могут привести к отказу от выполнения движений.

Выполнение упражнений артикуляционной гимнастики требует от ребенка больших энергетических затрат, определенных усилий, времени и терпения. Эффективность коррекционной работы по совершенствованию артикуляционной моторики в значительной мере определяется 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.