АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА И ТРЕБОВАНИЯ К ЕЕ ВЫПОЛНЕНИЮ

Своевременное овладение правильной, чистой речью имеет важное значение для формирования полноценной личности. Человек с хорошо развитой речью легко вступает в общение, он может понятно выражать свои мысли и желания, задавать вопросы, договариваться с партнерами о совместной деятельности, руководить коллективом. И наоборот, неясная речь весьма затрудняет взаимоотношения с окружающими и нередко накладывает тяжелый отпечаток на характер человека. Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребенка к успешному обучению в школе. Недостатки речи могут привести к неуспеваемости, породить неуверенность малыша в своих силах, а это будет иметь далеко идущие негативные последствия. Поэтому начинать заботиться о правильности речи ребенка надо как можно раньше.

Речь не является врожденной способностью, она формируется постепенно, и ее развитие зависит от многих причин. Одним из условий нормального становления звукопроизношения является полноценная работа артикуляционного аппарата. Бытующее мнение о том, что звукопроизносительная сторона речи ребенка развивается самостоятельно, без специального воздей­ствия и помощи взрослых — будто бы ребенок сам постепенно овладевает правильным произношением, — глубоко ошибочно. Невмешательство в процесс формирования детской речи почти всегда влечет за собой отставание в развитии. Дефекты звукопроизношения, возникнув и закрепившись в детстве, с большим трудом преодолеваются в последующие годы и могут сохраниться на всю жизнь.

Естественно, ведущая роль в работе по исправлению дефектов речи принадлежит логопеду. Но только занятий с логопедом недостаточно для выработки прочных навыков правильного звуко­произношения, необходимы дополнительные упражнения — с родителями, воспитателем группы детского сада.

РОЛЬ ГИМНАСТИКИ В КОРРЕКЦИОННО-ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ

Звуки речи образуются в результате сложного комплекса движений артикуляционных органов. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов звукопроизносительного аппарата. Таким образом, произношение звуков речи — это сложный двигательный навык.

Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляторно­мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно.

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи — язык, губы, мягкое нёбо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе жевательных, глотательных, мимических; процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, легкие, диафрагма, межреберные мышцы). Таким образом, говоря о специальной логопедической гимнастике, следует иметь в виду упражнения многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, шеи, плечевого пояса, грудной клетки.

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

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, п, 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 ш, 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 ц др.), слегка выдвигаться вперед (как при звуках ш, ж). Наибольшей подвижностью обладает нижняя губа. Она может: смыкаться с верхней губой (как при звуках п, б, 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 своеположение. Добиться четкого произношения звуков, слов, фраз можно только при условии достаточной подвижности органов артикуляционного аппарата, их способности перестраиваться и работать координировано.

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; 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.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ГИМНАСТИКИ

Занятия ведутся по такой схеме: вначале воспитываются грубые движения упражняемых органов. По мере их усвоения ребенком переходят к выработке более дифференциро­ванных движений в этой же области. Торможение неправильных движений достигается использованием зрительного контроля, а также введением в работу ритма: отдельные движения ограничиваются определенной длительностью и прерываются паузами такой же длительности согласно отбиваемому рукой такту. В таком роде ведется воспитание движений собственно звукопроизносительных органов: губ, языка, мягкого нёба, глотки, голосовых связок, дыхательных мышц.

Упражнять надо лишь движения, нуждающиеся в исправлении, и только необходимые для воспитуемого звука. Упражнения должны быть целенаправленными: важно не их количество, важны правильный подбор упражнений и качество выполнения.

Недостаточно только отобрать нуждающиеся в коррекции движения, нужно научить ребенка правильно применять соответствующие движения, выработать точность, чистоту, плавность, силу, темп, устойчивость перехода от одного движения к другому.

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, постепенно убыстряя 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.

При выполнении артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать определенную последовательность — идти от простых упражнений к более сложным. Проводить гимнастику надо эмоционально, в игровой форме.

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 родители выполняют вместе с ребенком. Для этого он 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.

Литература:

1. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. - С-ПТ., 2003.

2. Фомичева М.Ф.Воспитание у детей правильного произношения. - М., 1989.

3.Хватцев М.Е. Логопедия. - М., 1959.