

Артикуляционная гимнастика. Как выполнять дома.

Многих родителей волнует проблема правильного произношения звуков речи ребенка. Для того, чтобы детская речь была внятной, четкой и понятной другим людям, необходимо работать над развитием мышц артикуляционного аппарата. Существуют специальные упражнения для развития подвижности, ловкости языка, губ, щек, подъязычной уздечки, которые называются артикуляционной гимнастикой.

Совместная работа учителя-логопеда и родителей помогает подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению тех звуков, которые он плохо говорит, позволяет достичь наилучших результатов в речевом развитии ребёнка.

При выполнении упражнений артикуляционной гимнастики следует помнить: необходимо соблюдать определенную последовательность – от простых упражнений к более сложным.

На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе и перед зеркалом.

Количество повторов каждого упражнения от 2 до 15 раз.

Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно.

Выполняйте рекомендованный логопедом комплекс артикуляционной гимнастики каждый день.

Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно разбить гимнастику на блоки и выполнять их в течение дня.

Занятия дадут наилучший результат, если они проводятся в игровой форме.

Все упражнения делятся на статические и динамические.

Статические упражнения направлены на удержание определённой позы губ, языка

Динамические – упражнения, которые выполняются в движении..

Статические упражнения для губ:

«Окошко» – губы вытянуты вперёд

«Заборчик» – то же, как «улыбка», но обнажены зубы.

Статические упражнения для языка:

«Блинчик на тарелочке»: рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе. Язык в таком положении удерживать не менее 5 секунд.

«Чашечка» к губкам, зубкам, за зубками: рот широко открыт. Передний и боковые края широкого языка подняты, но не касаются губ.

Язык в таком положении удерживать 5–10 секунд. Затем переводим к верхним зубкам (5–10 с.), затем за зубки (5–10 с.).

Динамические упражнения для языка:

«Качели»: рот открыт. Напряженным языком попеременно тянуться сначала к носу, затем к подбородку.

«Катушка»: рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывается» вперед и убирается в глубь рта.

«Лошадка»: присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку, постепенно убыстряя темп упражнения.

«Малая»: рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого неба. Проследить, чтобы подбородок при этом не шевелился (можно придерживать его рукой).

«Вкусное варенье»: рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу сверху, направляя вглубь рта, проглаживая нёбо до упора.

«Сдуваем челку»: рот приоткрыть, язык в форме «чашечки» высунуть вперед и приподнять, плавно выдохнуть на кончик носа.

Составитель учитель-логопед Шапкина Л.А.