

Родителям на заметку: «Артикуляционная гимнастика дома»

Гимнастика для рук, ног – дело нам привычное и знакомое. Понятно же для чего мы тренируем мышцы – чтобы они стали сильными, подвижными, ловкими. А вот зачем тренировать язык, 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.

Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребёнка, затрудняют взаимоотношения с людьми, нередко накладывают отпечаток на характер ребёнка, так как дети к 6-7 годам начинают осознавать свой дефект, болезненно переживают, становятся застенчивыми, молчаливыми.

Детям 2-4 лет артикуляционная гимнастика поможет быстрее «поставить» звукопроизношение.

Дети 5-7 лет смогут при помощи данных упражнений преодолеть уже сложившиеся нарушения.

Артикуляционную гимнастику желательно проводить ежедневно, чтобы навыки закреплялись, становились более прочными, уточнялись и совершенствовались основные движения органов артикуляции. Продолжительность занятий составляет 3-5 минут. Каждое упражнение проводится в занимательной игровой форме и повторяется 8-10 раз.

«Лопаточка» («Блинчик»): рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе. Язык в таком положении удерживать 5 секунд.

«Улыбка»: удерживать губы в улыбке. Зубы не показывать.

«Заборчик»: рот закрыт, верхние и нижние зубы обнажены, губы растянуты в улыбке.

«Чашечка»: рот широко открыт, передний и боковые края языка подняты, но не касаются зубов. Язык в таком положении удерживать не менее 5 секунд.

«Горка»: рот открыт, кончик языка упирается в передние нижние зубы, боковые края языка подняты вверх, образуя узкий желобок. Язык в таком положении удерживать 5 секунд.

«Парус»: рот открыт, кончик языка упирается в верхние зубы, язык натянут, как парус. Удерживать в таком положении 5 секунд.

«Качели»: рот открыт, напряженным языком тянуться то к верхним передним, то к нижним передним зубам.

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

«Маляр»: рот открыт, широким кончиком языка, как кисточкой, ведём от верхних зубов вглубь рта, до мягкого нёба. Следить, чтобы подбородок был неподвижным.

«Вкусное варенье»: рот открыт, широким языком в форме чашечки облизать верхнюю губу сверху вниз и убрать язык вглубь рта.

«Дятел»: рот открыт, напряженным кончиком языка постучать в верхние передние зубы: д-д-д..., постепенно убыстряя темп.

«Фокус»: рот открыт, язык в форме чашечки высунуть вперед и приподнять. Сделать плавный выдох на кончик носа.

Выполнение данного комплекса упражнений способствует укреплению лицевых мышц, мышц языка, укреплению и растяжению укороченной подъязычной уздечки. Что приводит к более быстрому и эффективному усвоению детьми норм произношения.

