

Артикуляционная гимнастика в домашних условиях

Почти все родители знают, что гимнастика для рук и ног нужна для того, чтобы их дети стали ловкими и сильными. А то, что язык - главная мышца органов речи и для него гимнастика просто необходима, знают не все.

Для правильного звукопроизношения язык должен быть достаточно хорошо развит. Для профилактики возникновения дефектов в произношении звуков, а также для того, чтобы смягчить остроту этих недостатков, облегчить формирование правильного звукопроизношения необходимо начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше. И делать это надо не только в детском саду на занятиях с учителем-логопедом или с воспитателем, но и дома.

Систематичное выполнение артикуляционных упражнений позволяет:

- подготовить артикуляционный аппарат к самостоятельному становлению произношения звуков;
- быстрее преодолеть речевые дефекты;
- привести тонус мышц губ, щек и языка в норму.

Виды артикуляционных упражнений и правила их проведения дома.

Существует несколько основных правил для достижения эффекта от проведения артикуляционной гимнастики дома:

- заниматься следует ежедневно 7 – 10 минут;
- все упражнения проводятся перед зеркалом;
- все упражнения проводятся в виде игры;
- сначала упражнение проводится медленно, не спеша, 4 – 5 упражнений в день, затем каждый день прибавляем по одному новому упражнению;
- для каждой группы звуков существуют свои артикуляционные комплексы, которые вам предоставит логопед.

Артикуляционные упражнения делятся на статические и динамические.

Статические упражнения – это упражнения, где ребенок выполняет определенный уклад, позу щек, губ, языка. Это, например, такие упражнения, как "Заборчик", "Окошечко", "Трубочка", "Чашечка", "Блинчик", "Парус", "Горка".

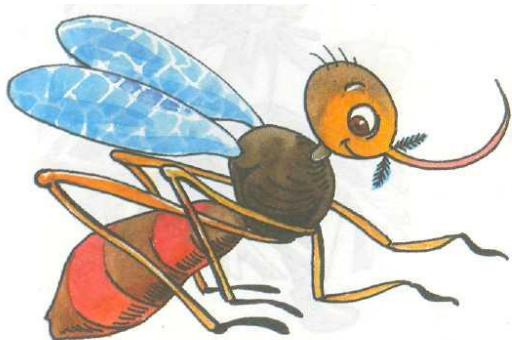
Статические упражнения должны удерживаться ребенком в течение 5 – 10 секунд, то есть мало показать, главное уметь удержать позу.

Динамические упражнения – это упражнения, где необходимо правильное движение щек, губ, языка. К динамическим упражнениям относятся такие упражнения, как "Часики", "Качели", "Лошадка", "Чистим зубы", "Вкусное варенье", "Барабанщик", "Худышка-толстяк" и др.

Эти упражнения можно проводить под счет, только при каждом счете ребенку необходимо поменять положение щек, губ или языка.

По мнению физиолога Е.Н. Винарской, эмоциональный дискомфорт отрицательно сказывается на развитии всех сторон речи. Вот почему при выполнении артикуляционной гимнастики (дома или в кабинете логопеда) так важно обеспечить положительный настрой и поддержать интерес к изученным ранее упражнениям. Здесь на помощь может прийти сказка.

Все люди на свете любят сказки. И любовь эта начинается в детстве. Волшебные, веселые и даже страшные они всегда интересны. Попробуйте вместе с ребенком сделать артикуляционную гимнастику одновременно с рассказыванием сказки.



"Храбрый комарик"

Жил-был комар. Он каждое утро делал зарядку. И чистил свой хоботок вот так: **«Хоботок»** (Здесь и далее указаны названия артикуляционных упражнений). А потом он весело улыбался себе и всем насекомым, которые жили рядом с ним. Вот так: **"Трубочка"**.

Но однажды поселилась рядом лягушка, она широко открывала рот и тем очень пугала насекомых. Комар набрался храбрости и полетел посмотреть на нее. Он сделал страшную мордочку, сверкая чистым хоботком: **верхняя губа поднимается так, что обнажается верхняя десна, положение фиксируется двумя пальцами.**

Когда такое увидела лягушка, она так растерялась, она даже испугалась и открыла от удивления рот: **нижняя губа опускается так, что обнажаются десны, положение фиксируется двумя пальцами.** Лягушка тут же ускакала из этих мест и больше не возвращалась. Насекомые стали трубить победу в честь комара. А комар в ответ помахивал своим чистым хоботком: **язык выпячивается вперед.**

С тех пор все насекомые по утрам стали чистить свои хоботки и вытягивать вперед язычки.



"Божья коровка"

Жила-была божья коровка. Вышла однажды она из своего домика и увидела яркое солнышко. И оно увидело божью коровку. Улыбнулось и пощекотало ее теплыми лучиками. А когда солнышко осветило спинку божьей коровки, то все увидели, что у нее нет пятнышек. Все насекомые в округе стали над ней посмеиваться. — Какая же ты божья коровка, если у тебя нет черных пятнышек, — говорили они.

— Да ты просто красный жук, — вторили другие. Даже солнышко скрылось за тучи. И божья коровка заплакала, но тут солнышко снова выглянуло. Божья коровка перестала плакать, подставила солнышку личико, и они стали улыбаться друг другу: **«Улыбочка»**.

— Чтобы у тебя появились пятнышки, нужно очень долго трудиться. Ты не бойся трудностей, — сказала солнышко и подарило божьей коровке книжку.

Божья коровка ее долго разглядывала, потом стала делать упражнения, написанные в книжке. У нее сначала не получалось, но она вытащила язычок и пошлепала его: **«Непослушный язычок»**. И он стал ровным, как лопаточка. **«Лопатка»**.

Вскоре набежала легкая тучка и помыла божью коровку дождем. Но и тут она не растерялась: сложила свой язычок чашечкой: **«Чашечка»** и набрала дождевой водички для чая. Попила чайку с бубликом: **«Бублик»**, и снова за работу принялась.

На картинках она увидела лошадку: **«Лошадка»**, веселого маляра: **«Маляр»**, грибок: **«Грибок»** и даже гармошку: **«Гармошка»**.

Божья коровка так увлеклась работой, что и не заметила, как у нее на спинке появились черненькие пятнышки.

— Божья коровка, пора ложиться спать, — обратилось к ней солнышко. — Хорошо, солнышко, давай я угощу тебя вареньем за такую чудесную книжку, — весело ответила божья коровка. Они попили чай с вареньем: **«Вкусное варенье»** и отправились спать. Солнышко за горку, а божья коровка под грибок: **«Грибок»**. А утром произошло чудо! Божья коровка вылетела из своего домика и полетела на праздник, где собрались все жители поляны. Там одуванчик Большие Щеки открыл новый аттракцион. Можно было каждому прокатиться на парашютике: **«Парашютик»**.

Божья коровка первая попросила одуванчика прокатить ее, и тут все увидели, что у нее появились... пятнышки. Они были кругленькими и блестящими и так прекрасно смотрелись на красной спинке. С тех пор все жители поляны ходят к божьей коровке в гости: кто поучиться, кто книжку посмотреть.