

АРТИКУЛЯЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

При работе над правильным звукопроизношением воспитателю необходимо четко знать артикуляционный уклад каждого звука, т. е. в каком положении при произношении того или иного звука находятся губы, зубы, язык, голосовые связки.

Перед началом работы над каждым звуком педагог анализирует положение всех органов артикуляционного аппарата, произнося изучаемый звук в изолированном виде перед зеркалом.

После того как артикуляционный уклад звука усвоен (разобран), следует обратиться к подбору артикуляционных упражнений, необходимых для постановки звука. Упражнения к основным звукам. Эти упражнения помогут ребенку выработать правильный артикуляционный уклад.

Каждое упражнение имеет свое название. Обучая ребенка выполнять упражнение, необходимо соотнести его с каким-то образом, предметом, изображенным на картинке. Например: широкий кончик языка — лопаточка, узкий кончик языка — иголочка и т. п.

В последующей работе при показе картинки ребенок будет выполнять соответствующие упражнения без дополнительных объяснений со стороны воспитателя.

В детском учреждении должна проводиться **артикуляционная гимнастика** — система упражнений для речевых органов. Она является зарядкой для артикуляционных мышц.

Целями артикуляционной гимнастики являются выработка полноценных движений речевых органов, необходимых для правильного произношения звуков, и подготовка речевого аппарата к речевой нагрузке.

У ребенка органы артикуляции (губы, зубы, язык) развиты крайне слабо, поэтому ему следует помочь подготовить мышцы, участвующие в речевом акте. Жевание, сосание, глотание способствуют развитию крупных мышц. Для процесса говорения необходимо дифференцированное развитие более мелких мышц. Этому и способствует система упражнений, направленная на развитие моторики органов артикуляции.

Артикуляционная гимнастика не только развивает речевой аппарат ребенка, но и является профилактикой возникновения некоторых речевых нарушений.

Правильное и систематическое проведение артикуляционной гимнастики в дошкольном возрасте способствует рождению правильных звуков, а позднее — усвоению слов сложной слоговой конструкции.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

Артикуляционная гимнастика с детьми среднего дошкольного возраста проводится **ежедневно** в утренние часы (первый раз), после занятий (второй раз) и после дневного сна (третий раз) по инструкции педагога.

Дети выполняют артикуляционные упражнения **перед зеркалом**.

Продолжительность гимнастики — до 5 мин.

Комплекс артикуляционной гимнастики предварительно разрабатывается воспитателем на основе таблицы «Артикуляционные упражнения».

В комплекс должно входить 4—5 упражнений: 2—3 статических и 2—3 динамических.

Примеры комплексов артикуляционной гимнастики.

Комплекс 1. Артикуляционные упражнения к постановке звука [ш].

1-я часть. Статические упражнения:

«Дудочка»;
«Чашечка».

2-я часть. Динамические упражнения:

«Маляр»;
«Дятел»;
«Лошадка».

Комплекс 2. Артикуляционные упражнения к постановке звука [ш].

1-я часть. Статические упражнения:

«Дудочка»;
«Чашечка».

2-я часть. Динамические упражнения:

«Маляр»;
«Вкусное варенье»;
«Лошадка».

Комплекс артикуляционной гимнастики **планируется педагогом на неделю**. На следующей неделе комплекс частично видоизменяется: одно из упражнений, хорошо выполняемое детьми, заменяется другим, новым упражнением, подходящим под артикуляцию изучаемого звука.

Таким образом, педагоги каждую неделю знакомят детей с одним новым упражнением и отрабатывают его в артикуляционной гимнастике.

Знакомство с каждым новым артикуляционным упражнением желательно сопровождать небольшой сюжетной зарисовкой.

Например, упражнение «Вкусное варенье»:

«Сластена Карлсон летом навещал свою бабушку, которая жила в деревне. Однажды он приехал к ней и похвалился, что научился хороню считать. Карлсон предложил бабушке посчитать ее банки с вареньем. Бабушка согласилась и пустила Карлсона в кладовочку, где на полках стояли баночки с вареньем. Когда Карлсон спустя некоторое время вышел оттуда, он почему-то облизывал свои губы вот так (показ педагога)».

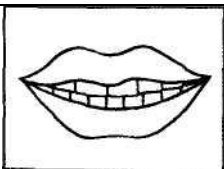
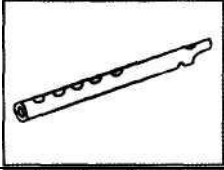
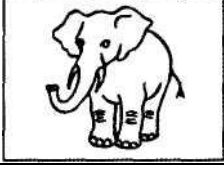
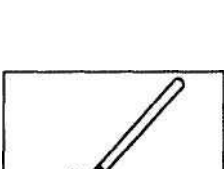
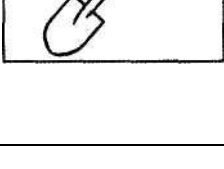


После показа воспитатель просит детей выполнить упражнение (обязательно с визуальным контролем). При этом педагог контролирует каждого ребенка, правильно ли он выполняет упражнение.

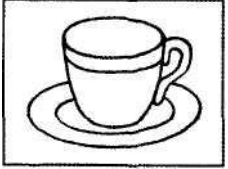
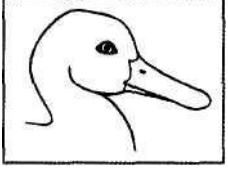
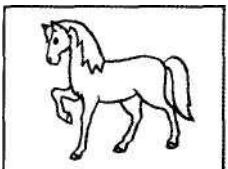
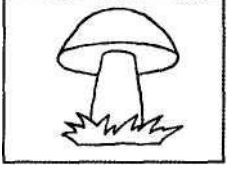
Затем воспитатель показывает картинку, на которой изображено предлагаемое упражнение, и называет его. Дети выполняют новое упражнение еще раз, но уже не по показу воспитателя, а по картинке. Педагог при этом проверяет правильность выполнения артикуляционного упражнения каждым ребенком.

Артикуляционную гимнастику желательно проводить в зале, где имеются настенные зеркала. Дети выстраиваются перед зеркалами, воспитатель встает за их спинами. Все смотрят и видят друг друга в зеркала. Общение, показ артикуляционных поз также происходят через зеркала. В таком положении дети видят, как они выполняют упражнение, как его показывает воспитатель, картинки, которые демонстрирует воспитатель. Педагог при этом видит, как все дети выполняют предложенные упражнения.

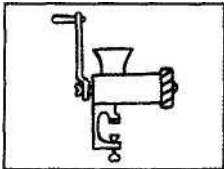
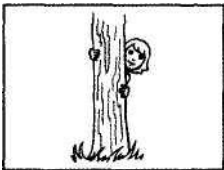

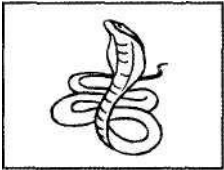
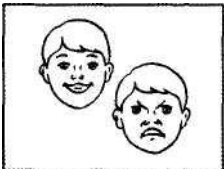
При планировании работы педагоги должны фиксировать комплексы артикуляционной гимнастики (как представлено выше).

27 артикуляционных упражнений.

№	Название упражнения	Цель	Как делать	Рисунок
1.	«Улыбочка» (статическое)	Развивать круговые мышцы губ.	Губы растянуты в виде улыбки, обнажая сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.	
2.	«Дудочка» (статическое)	Развивать круговые мышцы губ.	Губы сомкнуты и вытянуты вперед в виде трубочки. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.	
3.	«Хоботок» (статическое)	Развивать подвижность губ.	Губы плотно сомкнуты и с напряжением вытянуты вперед до предела. Удерживать губы в таком положении следует 10 с.	
4.	«Лопаточка» (статическое).	Развивать умение расслаблять мышцы языка и удерживать язык в таком положении длительное время.	Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Верхняя губа приподнята и не прикасается к поверхности языка.	
5.	«Иголочка» (статическое)	Развивать умение напрягать боковые мышцы языка и длительное время удерживать язык в таком положении.	Узкий кончик языка высунуть из полости рта, не прикасаясь им к губам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10.	
6.	«Сердитая кошечка» (статическое)	Развивать подвижность мышцы спинки языка.	Рот приоткрыт. Кончик языка упирается в нижние передние зубы, спинка языка приподнята. Боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10.	
7.	«Желобок» (статическое)	Вырабатывать целенаправленную воздушную струю по средней линии языка на его кончик; развивать боковые мышцы языка.	Высунуть широкий язык из полости рта. Боковые края языка загнуть вверх. Плавно подуть на кончик языка. Выполнять упражнение следует 3—4 раза по 5—7 с.	

8.	«Парус» (статическое).	Растягивать подъязычную связку; развивать умение расслаблять мышцы языка в приподнятом положении.	Рот широко раскрыт. Широкий кончик языка поставить за верхние зубы на бугорки, спинку языка немного прогнуть вперед. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение повторить 2—3 раза.	
9.	«Чашечка» (статическое)	Упражнять в умении удерживать широкий язык в верхнем положении.	Рот широко раскрыт. Широкий кончик языка поднять вверх. Потянуть его к верхним зубам, но не касаться их. Боковые края языка прикасаются к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение выполнить 3—4 раза.	
10.	«Заборчик» (статическое).	Упражнять в умении удерживать зубы сжатыми; развивать круговые мышцы губ.	Зубы плотно сжаты. Губы находятся в положении улыбки. Упражнение выполнить 5—6 раз, продолжительность каждого упражнения 10—15 с.	
11.	«Утиный клювик» (динамическое)	Развивать подвижность губ, быструю переключаемость губ с одной позиции на другую.	Губы находятся в положении трубочки, затем щеки втягиваются в полость рта, а губы несколько расслабляются и могут производить смыкательные и размыкательные движения.	
12.	«Шторки» (динамическое)	Вырабатывать подвижность губ.	Рот приоткрыт. Нижняя губа закрывает нижние зубы, а верхняя губа в этот момент открывает верхние зубы. Затем положение губ меняется: нижняя губа открывает нижние зубы, а верхняя губа закрывает верхние зубы. Упражнение выполнить 5—6 раз.	
13.	«Лошадка» (динамическое)	Растягивать подъязычную связку языка.	Присасывать кончик языка к нёбу. Темп пощелкивания должен меняться (медленно, быстрее, очень быстро). Упражнение способствует растяжению укороченной подъязычной связки. Упражнение выполнить 10—15 раз.	
14.	«Грибок» (динамическое)	Растягивать подъязычную связку языка	Широко раскрыть полость рта. Присосать поверхность языка к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттянуть вниз нижнюю челюсть. Упражнение выполнить 5—6 раз.	

15.	«Маляр» (динамическое)	Вырабатывать подвижность языка в верхнем положении.	Широко раскрыть полость рта. Широким кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов до маленького язычка и обратно. Упражнение проводить в медленном темпе 5—6 раз.	
16.	«Дятел» (динамическое)	Вырабатывать подвижность кончика языка.	Рот широко раскрыт. Язык с силой ударяет в бугорки, находящиеся за верхними зубами; ребенок при этом произносит звук [д], подражая стуку дятла: д-д-д-д-д. Упражнение проводится в течение 15—20 с.	
17.	«Утюжок» (динамическое)	Активизировать кончик языка на бугорках.	Рот приоткрыт. Широким кончиком языка поглаживать бугорки, находящиеся за верхними зубами: назад-вперед. Упражнение проводить 20—25 раз.	
18.	«Прогони комарика» (динамическое)	Вызвать самостоятельно дрожание кончика языка под воздействием сильной воздушной струи.	Верхняя и нижняя губы прикасаются к высунутому кончику языка. Сильная воздушная струя, направленная на кончик языка, приводит его в движение. Язык дрожит. Упражнение повторить 3 раза.	
19.	«Покусывание кончика языка» (динамическое).	Активизировать мышцы кончика языка.	Губы в положении улыбки. Покусывание кончика языка производится 8—10 раз.	
20.	«Качели» (динамическое)	Упражнять в быстрой смене движений кончика языка; отрабатывать координированные движения кончика языка (вверх-вниз).	Рот широко раскрыт. Кончик языка поднимается за верхние зубы на бугорки, а затем опускается вниз за нижние зубы. Упражнение повторить 15—20 раз.	
21.	Упражнение «Катание шарика» (динамическое)	Укреплять боковые мышцы языка.	Губы сомкнуты. Напряженный кончик языка движется между губами и зубами, делая круговые движения как бы вокруг губ, но с внутренней стороны рта. Движения выполняются сначала в одном направлении (по часовой стрелке) — 5—6 кругов, затем в другом направлении (против часовой стрелки) — 5—6 кругов. Скорость	

			движения языка можно менять.	
22.	«Часики» (динамическое)	Развивать напряжение боковых мышц языка и координацию движения (справа налево).	Рот приоткрыт. Узкий язык движется от одного уголка рта к другому, стараясь не касаться губ. Упражнение проводится в медленном темпе под счет педагога или сопровождается словами: <i>тик-так, тик-так, тик-так</i> . Длительность выполнения упражнения — 20 с.	
23.	«Мясорубка» (динамическое)	Вырабатывать продвижение тонкого и широкого языка между зубами.	Губы в положении улыбки. Зубы плотно сжаты. Кончик языка проталкиваем между сжатыми зубами. Язык становится широким и тонким. Выдвигаем его вперед до предела. Упражнение повторить 3—4 раза.	
24.	«Прятки» (динамическое)	Развивать подвижность спинки языка и умение удерживать длительное время кончик языка за нижними зубами.	Рот широко раскрыт. Зубы разомкнуты. Кончик языка упирается за нижние зубы. Спинка языка приподнимается и «выглядывает» из-за нижних зубов. Затем спинка языка опускается вниз, «прячется». Кончик языка при этом остается на прежнем месте. Упражнение выполнить до 10 раз.	
25.	«Вкусное варенье» (динамическое)	Развивать движения широкого кончика языка в верхнем положении.	Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Упражнение повторить 5—6 раз.	
26.	«Змейка» (динамическое)	Развивать боковые мышцы языка.	Рот раскрыт. Язык сильно высунуть вперед, напрячь и сделать узким. Узкий язык максимально выдвинуть вперед, а затем убрать в глубь рта. Движения языка производятся в медленном темпе и выполняются 5—6 раз.	
27.	«Настроение» (динамическое)	Вырабатывать подвижность губ.	Губы растянуть в улыбке. Зубы заборчиком. Эта часть упражнения представляет хорошее настроение (помогает мимика). Затем губы принимают положение трубочки. Зубы находятся в прежнем положении. Мимика помогает ребенку принять рассерженный вид. Упражнение повторяется 5 раз и заканчивается улыбкой, т. е. хорошим настроением.	

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

В артикуляционную гимнастику следует вводить упражнения на развитие речевого дыхания. Речевое дыхание существенно отличается от физиологического дыхания, так как имеет более быстрый вдох и замедленный выдох. При речевом дыхании значительно увеличивается дыхательный объем легких. В основном присутствует ротовой тип дыхания.

Работа над речевым дыханием ребенка способствует развитию способности произносить длинные фразы и является профилактикой заикания.

Для правильного произношения любого звука необходима воздушная струя, идущая из легких. Струя воздуха предназначена прежде всего для дыхания. Значит, ребенок должен научиться одновременно дышать и говорить. Этому и способствуют дыхательные упражнения, вырабатывающие направленную воздушную струю.

1. Ребенка обучают, не надувая щеки, сквозь сближенные и слегка выдвинутые вперед губы сдувать поднесенный ко рту любой легкий предмет (ватный шарик, бумажную бабочку или снежинку, перышко и т. д.).

Сдуваемый предмет может находиться на ладони или на твердом поле (картонный цветок, листок и т. п.). Можно использовать для поддувания предмет, привязанный ниткой к штативу или твердому полю.

2. Исходная позиция для поддувания та же, но ребенку предлагается для перемещения более тяжелый предмет, например карандаш. Причем сначала используется круглый карандаш, а затем ребристый. Карандаш кладется на гладкую поверхность стола, и ребенок дует на него, чтобы он покатился до определенной границы (кубика, книги и др.).

3. С детьми отдельно отрабатывается холодный выдох и теплый выдох; сильная воздушная струя и плавная воздушная струя. В упражнении используется любое пособие для поддувания (жучок на листике, пчела на цветке и т. п.).

4. Ребенка тренируют в умении сочетать произнесение звука с началом выдоха (например, игра «Паровозик» — *ч-ч-ч-ч*).

5. Детей учат на одном выдохе произносить 3—4 слога (*гав-гав-гав, цып-цып-цып-цып* и т. п.).

6. Детей учат слитно произносить фразу из 2—3, 3—4, 4—5, 5—6 слов — с коротким вдохом и длительным выдохом.

7. У детей вырабатывают дифференцированное дыхание: вдох ртом, выдох ртом;
вдох ртом, выдох носом;
вдох носом, выдох ртом;
вдох носом, выдох носом.

Дыхательные упражнения систематически проводятся в комплексах артикуляционной гимнастики, в повседневной жизни, на занятиях.