

Артикуляционная гимнастика



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, именуемые звукопроизношением.



Как проводить артикуляционную гимнастику?

1. Гимнастику необходимо проводить ежедневно. Лучше заниматься 2 раза в день (утром и вечером) в течение 5-7 минут. (Лучше, чтобы после последнего приема пищи прошло не менее 1 часа).
2. Не следует предлагать ребенку более 2-3 упражнений за раз.
3. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
4. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении), т.е. под счет до 15.
5. Упражнения надо выполнять естественно, без напряжения. (Ребёнок сидит спокойно, плечи не поднимаются, пальцы рук не напряжены и не двигаются, спина прямая).
6. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9x12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему. У взрослого артикуляция - автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь. После того как малыш немного освоится, зеркало можно убрать. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. Например: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу)?

Организация проведения артикуляционной гимнастики

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.
2. Взрослый показывает выполнение упражнения.
3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.
4. В процессе выполнения необходимо следить за качеством выполнения движений, снижение качества – признак переутомления, лучше этого не допускать. Все упражнения должны выполняться точно и плавно, иначе артикуляционная гимнастика не имеет смысла. Обязательно следите за тем, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. Иначе гимнастика не достигнет своей цели.
5. Важно сформировать у ребенка мотивацию к занятиям артикуляционной гимнастикой, ни в коем случае нельзя заставлять детей выполнять эти упражнения, однако необходимо постоянно стимулировать. Очень важно следить за тем, чтобы ребенок не скучал. Вы можете сделать маленькую паузу и весело погримасничать вместе.

Не бойтесь подходить к делу творчески! Ребенок оценит, если упражнения будут предложены в игровой форме. Вы можете сочинить сказку, где главный герой будет, например, «язычок-путешественник». Или рассказать ребенку, что герой любимого мультфильма покажет ребенку новую серию только в том случае, если ребенок выполнит упражнения. Если у ребенка долго не получалось выполнить, то или иное упражнение и вот, наконец, получилось, можно купить торт и отпраздновать это событие. Ни в коем случае не журите ребенка, если у него что-то не получается – так вы можете отбить у него всякую охоту заниматься. Попробуйте повторить упражнение вместе, признаваясь ему: "Смотри, у меня тоже не получается, давай вместе попробуем". Подбодрите его, напомнив, как хорошо он все делал накануне. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и все получится.

