

Артикуляционная гимнастика. Комплексы упражнений.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

ПРИНЦИП ОТБОРА УПРАЖНЕНИЙ. КЛАССИФИКАЦИЯ АРТИКУЛЯЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать. Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка. При подборе упражнений для артикуляционной гимнастики следует предусматривать те движения и положения органов артикуляционного аппарата, в результате которых образуются звуки.

Всю систему артикуляционной гимнастики, можно разделить на два вида упражнений: статические и динамические с образными названиями. *Статические упражнения* («Лопаточка», «Птенчики», «Чашечка», «Иголочка», «Стрелочка», «Трубочка») направлены на удержание артикуляционной позы в течении 6 - 10 секунд .

Динамические упражнения («Лошадка», «Грибок», «Качели», «Вкусное варенье», «Змейка», «Часики», «Маятник», «Катушка», «Маляр») требуют ритмического повторения 6 - 8 раз движений, координации, хорошей переключаемости.

Самым подвижным органом является язык. Наибольшей степенью подвижности обладают передняя часть языка и кончик языка, боковые края передней и средней частей языка, так как от их работы зависит качество звуков. Поэтому в артикуляционную гимнастику входят упражнения, в процессе которых вырабатываются следующие положения кончика языка:

- а) опущен за нижние зубы - «почистим зубы»;
- б) поднят вверх «маляр», «грибок», «гармошка».

После того как каждое положение будет отработано, даётся упражнение на переключение с одного положения на другое - «качели». Средняя часть языка наиболее ограничена в своих движениях. Для выработки подъёма средней части спинки языка выполняют упражнение «киска сердится». Для отработки движений для задней части языка служат упражнения «пароход гудит», «прятки». Боковые края языка могут прижиматься к внутренней поверхности коренных зубов и не пропускать вбок входящую струю воздуха (и, э, с, з, ж, ч, щ); могут опускаться и пропускать струю воздуха вбок (л); язык может

сужаться (о, у). В образовании звуков так же играет роль подвижность губ, они могут вытягиваться в трубочку (у), округляться (о), обнажать передние зубы (и, с, з, ц, и др.), слегка выдвинуты вперёд (ш, ж). Но наибольшей подвижностью обладает нижняя губа, образуя щель, приближаясь к верхним передним зубам (ф, в), смыкается с верхней губой (п, б, м). Нижняя челюсть может опускаться, образуя носовые звуки и подниматься, образуя ротовые звуки.

КОМПЛЕКСЫ АРТИКУЛЯЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП ЗВУКОВ И КОМПЛЕКС ДЛЯ ОТРАБОТКИ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ И ПОЛОЖЕНИЙ ГУБ И ЯЗЫКА

Целенаправленные упражнения помогают подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произнесению нужных звуков. Эти упражнения подбираются, исходя из правильной артикуляции звука, поэтому их лучше объединять в комплексы. Каждый комплекс готовит определённые движения и положения губ, языка, вырабатывает правильную воздушную струю, то есть всё то, что необходимо для правильного образования звука. Артикуляционную гимнастику следует всегда начинать с отработки основных движений и положений губ, языка, необходимых для четкого, правильного произношения всех звуков.

Первый комплекс

1. Удерживание губ в улыбке, передние верхние, и нижние зубы обнажены.
2. Вытягивать губы вперёд трубочкой.
3. Чередовать положения губ: в улыбке - трубочкой.
4. Спокойное открывание и закрывание рта, губы в положение улыбки.
5. Язык широкий.
6. Язык узкий.
7. Чередование положений языка: широкий - узкий.
8. Подём языка за верхние зубы.
9. Чередование движений языка вверх - вниз.
10. Чередование следующих движений языка (при опущенном кончике): отодвинуть язык в глубь рта - приближать к передним нижним резцам.

Основной комплекс

1. Открыть рот и подержать открытым (а - а - а - а), закрыть.
2. «Заборчик» - губы в улыбке, видны верхние и нижние зубы.
3. «Хоботок» - губы вытянуты вперёд трубочкой.
4. «Лопатка» - широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10 - 15 секунд.
5. «Иголочка» - рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперёд. Чередовать «Лопатка» - «Иголочка».
6. «Часики» - рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.
7. «Качели» - движение языка: нос - подбородок.

Упражнения для губ

«Улыбка» - удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

«Заборчик» - рот закрыт. Верхние и нижние зубы обнажены. Губы раскрыты в улыбке.

«Трубочка» - вытягивание губ вперёд длинной трубочкой.

«Хоботок» - вытягивание сомкнутых губ вперёд.

«Бублик» - зубы сомкнутые. Губы округлены и чуть вытянуты вперёд.

Верхние и нижние резцы видны.

Чередование положений губ: «Заборчик» - «Бублик», «Улыбка» - «Хоботок».

«Кролик» - зубы сомкнутые. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 1 для свистящих (с, з, ц)

1. «Загнать мяч в ворота»

Цель: Выработать длительную, направленную воздушную струю.

Описание. Вытянуть губы вперёд трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.

Методические указания.

- Следить, чтобы не надувались щёки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.

- Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

2. «Наказать непослушный язык»

Цель: Выработать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

Описание. Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя - пя - пя».

Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

Методические указания.

- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.

- Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.

- Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе.

Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

3. «Лопатка»

Цель: Выработать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

Методические указания.

- Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было натяжения.

- Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа.

- Не высовывать язык далеко: он должен накрывать только нижнюю губу.

- Боковые края языка должны касаться уголков рта.
- Если упражнение не получается, надо вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

4. «Кто дальше загонит мяч?»

Цель: Вырабатывать плавную, длительную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.

Описание. Улыбнуться, положить широкий передний край на нижнюю губу и, как бы произнося длительный звук ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

Методические указания.

- Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
- Нельзя надувать щёки.
- Следить, чтобы дети произносили звук ф, а не звук х, то есть воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

5. «Почистим зубы»

Цель: Научить детей удерживать кончик языка за нижними зубами.

Описание. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка почистить нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.

Методические указания.

- Губы неподвижны, находятся в положении улыбки.
- Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.
- Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 2 для шипящих (ш, ж, ч, щ)

1. «Вкусное варенье»

Цель: Вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки, которое он принимает при произнесении звука ш.

Описание. Слегка приоткрыть рот и широким краем языка облизать нижнюю губу, делать языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

Методические указания.

- Следить, чтобы работал только язык, нижняя челюсть должна быть неподвижной.
- Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.
- Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

2. «Гармошка»

Цель: Укрепить мышцы языка. Растягивать подъязычную уздечку.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к верхнему нёбу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот. Губы находятся в положении улыбки.

Методические указания.

- Следить, чтобы губы были неподвижны, когда открывается рот.
- Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счёт от 3 - 5.
- Следить, чтобы при открытии рта не провисала одна из сторон языка.

3. «Фокус»

Цель: Выбатывать подъём языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

Методические указания.

- Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.
- Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе.
- Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

4. «Чашечка»

Цель: Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.

Описание. Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

Методические указания.

- Если «Чашечка» не получается, то необходимо распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму.
- Можно также распластать язык похлопыванием по нему губами, завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальчиками.
- При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.

5. «Приклей конфетку»

Цель: Учить удерживать язык вверху.

Описание. Положить широкий язык на нижнюю губу. На кончик языка поместить тоненький кусочек ириски, приклеить конфетку к небу за верхними резцами.

Методические указания.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 3 для сонорных звуков (л, ль)

1. «Наказать непослушный язык»

Цель: Выбатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластным.

Описание. Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя - пя - пя». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт от 1 - 5, 5 - 10.

Методические указания.

- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.
- Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.
- Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

2. «Пароход гудит»

Цель: Выбатывать подъём спинки языка вверх.

Описание. Приоткрыть рот и длительно произносить звук ы (как гудит пароход).

Методические указания.

Следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта, а спинка была поднята к нёбу.

3. «Индюк»

Цель: Выбатывать подъём языка вверх, подвижность его передней части.

Описание. Приоткрыть рот, положить язык на нижнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её.

Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не слышится бл - бл (как индюк болбочет).

Методические указания.

- Следить, чтобы язык был широким и не сужался.
- Чтобы движения языком были вперёд - назад, а не из стороны в сторону.
- Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперёд.

4. «Качели»

Цель: Выбатывать умение быстро менять положение языка, необходимое при соединении звука л с гласными а, ы, о, у.

Описание. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счёт от 1 - 5. Потом поднять широкий язык за верхние зубы и удерживать под счёт от 1 - 5. Так поочередно менять положение языка 4 - 6 раз.

Методические указания.

- Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

5. «Лошадка»

Цель: Укрепляет мышцы языка и вырабатывает подъём языка вверх.

Описание. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка.

Методические указания.

- Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, потом быстрее.
- Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.
- Если у ребёнка пощёлкивание не получается, нужно предложить ему выполнять упражнение «Приклеить конфетку», а потом вернуться к этому упражнению.
- Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, то есть чтобы ребёнок щёлкал языком, а не чмокал.

Комплекс артикуляционной гимнастики № 4 для сонорных звуков (р, рь)

1. «Чьи зубы чище»

Цель: Выбатывать подъём языка вверх.

Описание. Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Методические указания.

- Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.
- Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у верхних зубов.
- Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

2. «Маляр»

Цель: Отработать движения языка вверх и его подвижность.

Описание. Улыбнуться, приоткрыть рот и «погладить» кончиком языка твёрдое нёбо, делая движения языком вперёд - назад.

Методические указания.

- Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.
- Следить, чтобы кончик языка, продвигаясь вперёд, доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперёд, и не высовывался изо рта.

3. «Барабан»

Цель: Укреплять мышцы кончика языка, выбатывать подъём языка и умение делать кончик языка напряженным.

Описание. Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук д: д - д - д.

Сначала звук д произносить медленно. Постоянно убыстрять темп.

Методические указания.

- Рот должен быть открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.
- Следить, чтобы звук д носил характер чёткого удара - не был хлюпающим.
- Кончик языка не должен подворачиваться.
- Звук нужно произносить так, чтобы ощущалась воздушная струя

4. «Барабан - 2»

Цель: Выбатывать подъём языка, развивать упругость и подвижность кончика языка.

Описание: Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык поднят вверх к нёбу и произносить поочерёдно отчётливо да - ды. При произнесении слога да язык

отводится к центру нёба, при произнесении ды - перемещается к бугоркам за верхними резцами. Сначала упражнение выполняется медленно, затем темп убыстряется. При произнесении должна ощущаться выдыхаемая струя воздуха.

Методические указания.

- Следить, чтобы губы не натягивались на зубы. Нижняя челюсть не должна двигаться. Произнесение да - ды должно быть чётким, не хлюпающим, кончик языка не должен подворачиваться.

5. «Автомат»

Цель: Выбатывать подъём языка, гибкость и подвижность кончика языка.

Описание. Рот открыт. Губы в улыбке. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук т - т - т - сначала медленно, постепенно убыстряя темп.

Методические указания.

Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, звук т носил характер чёткого удара, а не хлюпал, кончик языка не подворачивался, ощущалась выдыхаемая воздушная струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги: при правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

Проводится артикуляционная гимнастика ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными.

При отборе материала для артикуляционной гимнастики соблюдается определённая последовательность, надо идти от простых упражнений к более сложным. Проводятся упражнения эмоционально, в игровой форме.

Упражнения выполняются сидя перед зеркалом, дети должны видеть лицо педагога и своё лицо. Из выполняемых упражнений, новым может быть только одно, остальные даются для повторения и закрепления. Если детьми выполняется какое - то упражнение недостаточно хорошо, новые упражнения не вводятся, а отрабатывается пройденный материал. Для закрепления придумываются новые игровые приёмы.

Формирование артикуляционных движений осуществляется произвольно и осознанно: ребёнок учится производить их и контролировать правильность выполнения. Необходимые движения формируются по зрительному подражанию: педагог рассказывает о предстоящем упражнении; показывает его выполнение - правильную артикуляцию звука; объясняет, какие движения следует произвести, предлагает повторить. В результате нескольких проб, сопровождаемых зрительным контролем, ребёнок добивается нужной позы. При затруднениях педагог помогает ребёнку шпателем или зондом. Педагог следит за качеством выполняемых движений: точностью и правильностью, плавностью, достаточным объёмом движения, темпом выполнения, устойчивостью, хорошей переключаемостью с одного движения на другое, симметричностью, наличием лишних движений. Не все дети одновременно овладевают двигательными навыками, поэтому

необходим индивидуальный подход и даётся задание родителям отработать эти движения дома. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели. Артикуляция считается усвоенной, если она выполняется безошибочно и не нуждается в зрительном контроле.

Итак, при образовании различных звуков каждый орган занимает определённое положение. В речи звуки произносятся не изолированно, а один за другим, поэтому органы артикуляционного аппарата должны быстро менять своё положение. Чёткого произношения звуков, слов, фраз можно добиться, сами органы артикуляционного аппарата будут достаточно подвижны, а работа их координирована.