

Мастер – класс «Веселая артикуляционная гимнастика»

Грамотная и четкая речь не дар свыше, а систематическая работа с ребенком над правильным проговариванием звуков. Артикуляционная гимнастика создана специалистами, чтобы развить подвижность речевых органов и преодолеть нарушения. Специальные упражнения доступны с ранних лет, а заниматься с малышами родители могут даже в домашних условиях.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ЗАГОВОРИТЬ?

Речевые проблемы негативно сказываются на эмоционально-психическом состоянии детей. Ребятишки, которые не выговаривают внятно слова, сильно переживают по поводу своего недостатка. Они часто становятся замкнутыми, нервными, отгораживаются не только от сверстников, но и от взрослых. Общее развитие также тормозится. Если не уделять должного внимания коррекции речевых нарушений, то у детей возникают сложности при обучении в детском саду и школе.

Согласно статистическим данным, 60% дошкольников имеют речевые нарушения. Своевременная коррекция помогает детям тренировать лицевые мышцы, чтобы быстрее ликвидировать дефекты. Существуют комплексы артикуляционной гимнастики, которые позволяют заниматься даже с двухлетними малышами.

Возрастные группы:

2-4 года. Комплексы составляют таким образом, чтобы малышам несложно было сконцентрироваться, занятия занимают 5-10 минут в день. Время делят на два подхода, если малыш — непоседа.

4-7 лет. Занятия становятся более продолжительными, достигают 15 минут в день. В этом возрасте уже понятны конкретные речевые дефекты у ребенка, поэтому упражнения целенаправленно подбираются для их устранения.

После 7 лет артикуляционный аппарат полностью сформирован, неправильное произношение сложно поддается коррекции. Упражнения необходимо согласовать со специалистом, который покажет правильность и очередность их выполнения.

В комплекс включают упражнения, способные укрепить мышцы лица:

1. Статические – направленные на длительное (несколько секунд) удержание позы;

2. Динамические – рассчитанные на ритмичные движения с частой сменой положений.

РОЛЬ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

Для подготовки ребенка к овладению навыком речи необходимо выполнять целый комплекс упражнений. Мышцам языка, щек, губ, мягкого неба нужны нагрузки, так же как телу человека нужна зарядка по утрам или физкультура. Гимнастика повышает тонус мышц и улучшает кровообращение в них.

Если у ребенка слабый артикуляционный аппарат, его речь будет несвязной, неразборчивой, и тогда занятий с логопедом не избежать. Нарушение речи приводит к нарушению чтения, письма, сложностям в обучении и неуспеваемости в школе. Нельзя недооценивать роль ежедневной артикуляционной гимнастики в жизни ребенка. Гимнастика нужна всем детям, а не только тем, у кого уже есть проблемы с речью.

ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ ГИМНАСТИКИ

Занятия с детьми специалисты рекомендуют проводить в виде игры. Но не стоит пускать процесс на самотек, иначе сложно будет «выжать» из него хоть немного пользы. Существуют правила, которые следует соблюдать, занимаясь с малышом.

1. Комплекс не должен длиться более 10 минут, чтобы ребенок не переутомился. С дошколятами занимаются по 7 минут два раза в день.

2. Упражнения выполняются под размеренный счет, количество повторений составляет 4-5 раз.

3. Занятия желательно проводить перед зеркалом. Если у крохи не получается движение, можно помочь ему ручкой чайной ложки.

4. Регулярность — залог успеха. Упражнения выполняются на протяжении длительного времени, постепенно увеличивается их сложность.

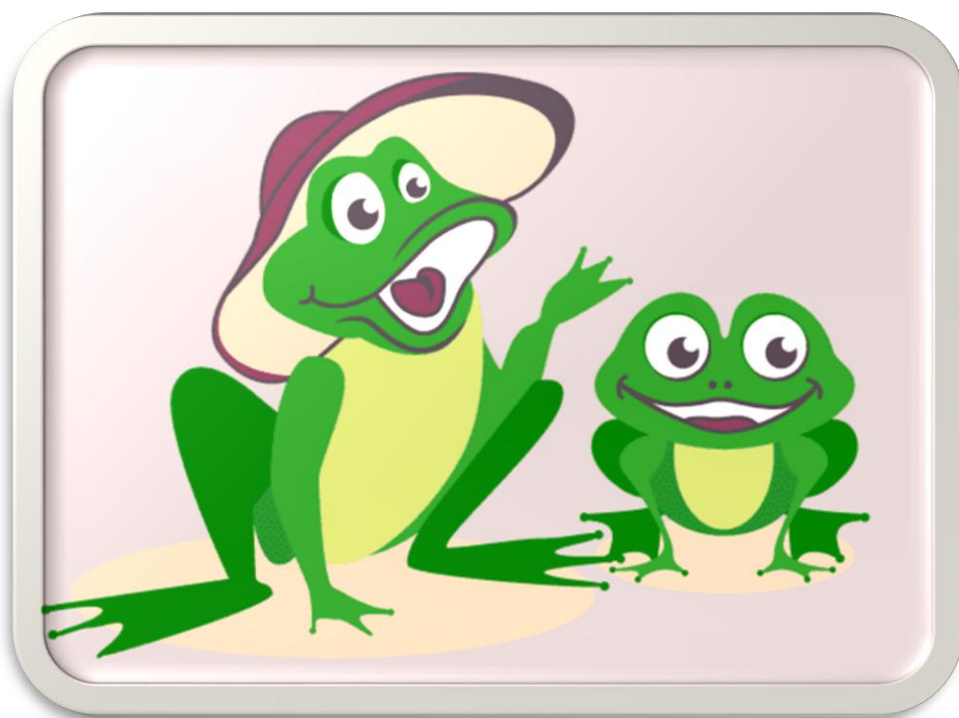
5. При наличии патологий необходимо подключать работу с психологом или неврологом.

ЗАНИМАЕМСЯ И ИГРАЕМ

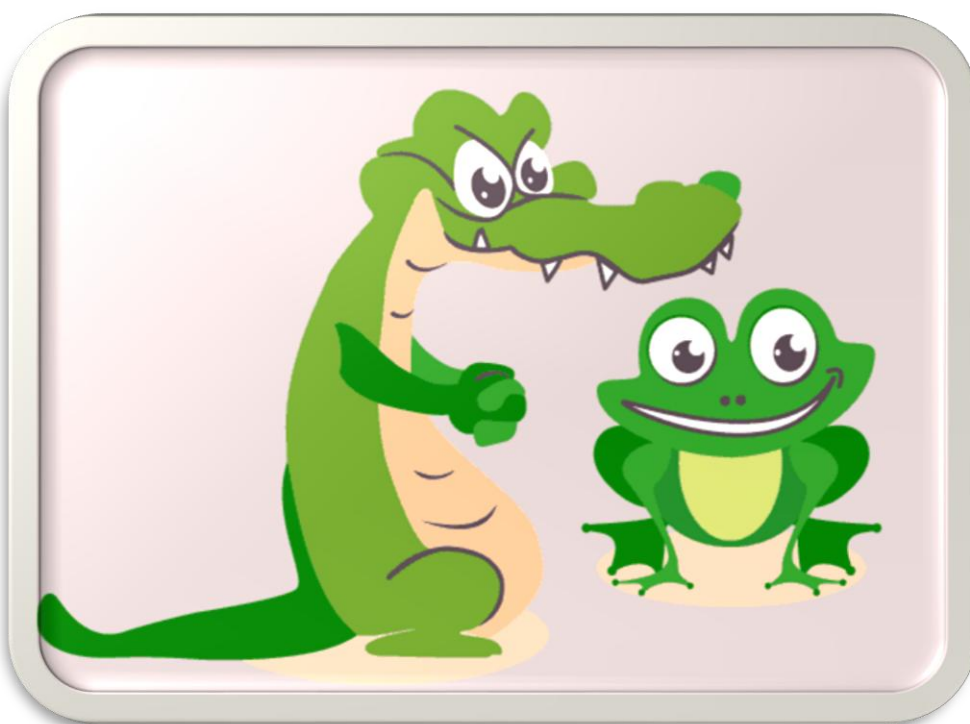
Эффект от гимнастики накапливается постепенно, поэтому заниматься нужно каждый день. Пятилетнему ребенку легче объяснить, зачем нужно заниматься ежедневно: «чтобы язычок не болел», «чтобы уметь говорить, как большие дети», «чтобы не пришлось ходить к логопеду и долго у него учиться» и т. д.

С маленькими детьми заниматься сложнее, их зачастую даже нельзя уговорить посидеть 5 минут на одном месте. Увлечь малыша можно только тем, что ему будет интересно. Поэтому для выполнения упражнений можно подготовить игрушку или картинку с веселым лягушонком и рассказать, например, такую историю:

«Жил-был на свете маленький добрый лягушонок. Он был самым улыбчивым лягушонком в мире и очень радовал маму-лягушку.



Этот лягушонок улыбался каждому, кого встречал на своем пути, даже серьезному и хмурому крокодилу! Он его совсем не боялся.



Лягушонок пел веселую песенку, и от этого каждый, кто его встречал, тоже улыбался – вот так (показываем упражнение, рассказываем стишок):

Подражаем мы лягушкам:
Тянем губки прямо к ушкам.
Вы тяните дружно губки —
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем-перестанем,
И нисколько не устанем.



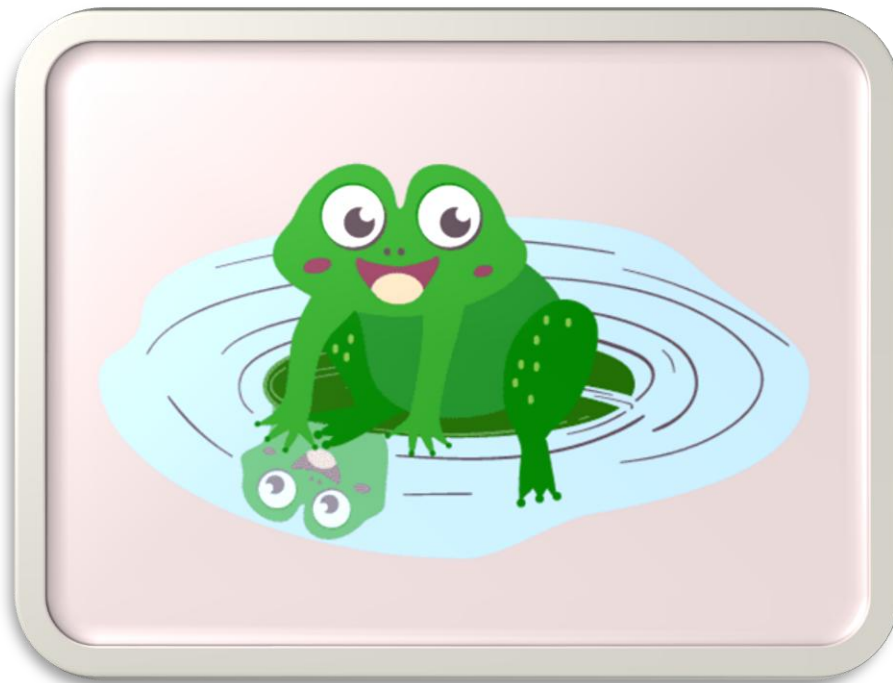
Лягушонок улыбался не только животным. Он любил природу и улыбался цветам, деревьям и солнышку, вот так:

Рот у Кваки до ушей,
Хоть завязочки пришей.



Лягушонок радовался даже своему отражению в лужице. Он думал, что встретил другого лягушонка! Давай пофантазируем, что мы тоже улыбчивые лягушата:

Мы — веселые лягушки, тянем губки прямо к ушкам.
Потянули — перестали. И нисколько не устали!»



Артикуляционное упражнение «Лягушка» тренирует подвижность речевых органов, а также помогает выработать правильное положение мышц для дальнейшего становления речи. Для чистого произношения нужны сильные, крепкие мышцы губ, щек, языка, и артикуляционная гимнастика должна стать таким же ежедневным ритуалом, как чистка зубов или купание перед сном.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ СКАЗКА «ЯЗЫЧОК ДЕЛАЕТ РЕМОНТ»

Жил-был розовый Язычок. И нашел он себе прекрасный дом — рот. Чтобы защитить жилище от непрошенных гостей, Язычок поставил сразу две двери: зубы и губы.

В доме у Язычка есть потолок, который называется небо. Он похож на твердый и ребристый купол. А сзади на нем висит занавесочка с маленьким язычком.

Стены в доме необычные. Они умеют надуваться, как воздушные шары. Как их называют? Конечно, щеки.

Вот только окошек, чтобы проветрить комнату, в домике у Язычка нет. Поэтому в нем очень сыро. Чтобы создать уют, наш герой решил сделать ремонт.

Веселый Язычок открыл настежь зубы и губы. Затем тщательно протер их изнутри и снаружи. (Дети проделывают скользящие движения языком).



Затем большой кистью он принялся красить потолок. Делать ремонт нужно тщательно, поэтому кисточку крепко-крепко прижимают к нёбу. (Малыши широко открывают ротик и водят языком по нёбу вправо-влево 5-10 раз).



Следующий этап — поклеить обои на стены. Полоска за полоской, медленно и аккуратно. (Язык двигается вверх-вниз попеременно по каждой щеке).



Не забыл наш герой и двери-зубы привести в порядок. (Губы растягиваются в улыбку так, чтобы были видны сжатые челюсти).

Закончив ремонт, Язычок тщательно вымыл пол. (Кончик языка движется влево-вправо под языком и возле верхних зубов, рот при этом открыт).



Артикуляционная гимнастика полезна для развития речевого аппарата. Специальные упражнения помогают успешно справиться с дефектами, научиться четко и правильно разговаривать. Главный критерий успеха — регулярные занятия, которые приносят ребенку радость и удовольствие.

НЕТРАДИЦИОННАЯ АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

В дополнение к общепринятым артикуляционным упражнениям мы можем использовать нетрадиционные упражнения, которые носят игровой характер и вызывают положительные эмоции у детей.

- «Бусинки»

Кладём на тарелку крупные крошки печенья или маленькие круглые конфетки. Просим малыша губами собрать их, представив себе, что он собирает рассыпанные бусинки. Или просим губами перенести «бусинки» с одной тарелки на другую.

- «Сладкий футбол»

Перекатить во рту от одной щеки к другой крупную виноградинку, грецкий орех, сухарик, кусочек сахара, крупную круглую карамельку и т.д.

- «Вкусное варенье»

Облизывать варенье, йогурт, сгущенку (или другой продукт, который не противопоказан ребёнку) с верхней губы, из уголков рта, с блюдца, и т.д.

- «Ах, как вкусно»

Посыпаем липкую тарелку мелкими крошками хлеба, сухарей, печенья, сахара, леденцов и, просим ребёнка облизать поверхность тарелки

- «Рыбалка»

Посыпаем липкую тарелку более крупными крошками. Предлагаем ребёнку поймать рыбку, язык – это удочка, а крошки – это рыбки. Нужно широко открыть рот, высовывать язык иголкой и дотронуться до крошки так, чтоб она прилипла к кончику языка. Выполнять нужно быстро и чётко.

- «Красивое печенье»

Посчитать напряженным кончиком языка ребрышки на фигурном печенье.

- «Кто дальше?», «Попади в блюдце»

Сдувание (сплевывание) с кончика языка изюма, гороха, кукурузы и т.д.

- «Тьфу»

На тарелке лежат крошки. Ребёнок губами берёт с тарелки крошку, удерживает её между губ и сплёвывает обратно – тьфу.

- «Жевательная резинка»

Даём ребёнку, если это не противопоказано, мягкую жевательную резинку в виде большого кома и просим его пожевать. Большой комок жевательной резинки разжевать сложно, поэтому ребёнок будет разрабатывать челюсти, работать языком, сглатывать слюни т. д., т. е. активизировать подвижные органы артикуляции.

- «Жевательная конфета»

Ребёнок разжёвывает жевательную конфету, приклеивает её языком к твёрдому нёбу, а затем кончиком языка пытается её отодрать. Таким образом, малыш отрабатывает произвольный подъём языка вверх.

- «Яблочко»

Ребёнку кладём кусочек яблочка за щеку и просим языком вытащить его оттуда. Тоже производят с другой щекой.

- «Чашечка»

Просим ребёнка высунуть широкий язык и сделать «чашечку». Положить в чашечку витаминку,



конфетку, удерживать по 5 – 8 сек. Можно из пипетки капать в «чашечку» воду, а затем проглатывать её.

- «Держи крепче»

Удерживать ватную палочку (соломку, макаронину) на языке, языком на губе, на щеке, между губой и носом. И наоборот, пытаться «забрать» у ребенка удерживаемые языком и губами предметы, преодолевая сопротивление мышц губ, языка.

- высунуть язык, и удержать на нем соломинку как можно дольше.
- втягивать соломинку в рот через вытянутые в трубочку губы.
- соломинку зажать губами, стараясь удержать, а рукой вытаскивать соломинку изо рта.
- открыть рот и постараться удержать соломинку в равновесии на языке (рот закрывать нельзя).
- сделать усы, удерживая соломинку у верхней губы кончиком языка.
- делаем усы, удерживая соломинку губами.

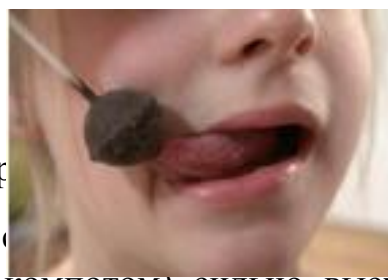


- «Сладкая зарядка» (упражнения с «чупа-чупсом»)

Чупа-чупс - отличный логопедический тренажер.

- сожмите «чупа-чупс» губами и попробуйте его удержать 5-10 секунд.
- удерживая «чупа-чупс» губами, попробуйте подвигать палочкой сначала сверху
- вниз, затем из стороны в сторону, преодолевая сопротивление.
- приоткройте рот, губы разведены в улыбку, язык в форме «чашечки», положите в чашечку «чупа-чупс» и попробуйте удержать леденец только языком.
- поднимите широкий язык к небу, прижмите его «чупа-чупсом» к небу.
- двигайте леденцом по средней линии языка от кончика к корню и обратно 5-10 раз. - облизывай «чупа-чупс», когда он сбоку, сверху, снизу.





- Упражнения для языка с водой «Не р...

- язык в форме глубокого «ковша» с жидкостью (жидкостью) из воды (вода может быть заменена соком, чаем, компотом) сильно высунут вперед из широко раскрытого рта. Удерживать 10 - 15 секунд. Повторять 5 -10 раз.

- «Язык-ковш» с жидкостью плавно перемещается попеременно в углы рта, удерживая жидкость, не закрывая рта и не оттягиваясь назад в рот. Выполняется 5 -10 раз.

- «хомячок» Ребёнок набирает в рот чистой воды так, чтобы обе щеки надулись. Затем кулачками бьёт по щекам и с силой выпускает. Струю воды. Можно набрать немного воды и гонять её из одной щеки в другую.



- «угадай-ка» Приготовьте горячую и холодную воду, чайную ложку. Когда ребёнок закроет глаза, дотроньтесь прибором до губ языка и предложите угадать, в какой воде побывала ложка

- Упражнения с крупной бусинкой

Диаметр бусинки 2-3 см, длина веревки 60 см, веревка продета через сквозное отверстие в бусинке и завязана на узел.

1. Двигать бусинку по горизонтально натянутой на пальцах обеих рук веревке языком вправо-влево.

2. Двигать бусинку по вертикально натянутой веревочке вверх (вниз бусинка падает произвольно).

3. Толкать языком бусинку вверх-вниз, веревка натянута горизонтально.

4. Язык – «чашечка», цель: поймать бусинку в «чашечку».

5. Ловить бусинку губами, с силой выталкивать, «выплюывая» ее.

6. Поймать бусинку губами. Сомкнуть, насколько это можно, губы и покатаь бусинку от щеки к щеке.

7. Рассказывать стихотворение с бусинкой во рту, держа руками веревочку.
Примечание. Во время работы взрослый удерживает веревку в руке. Бусинку с веревочкой после каждого занятия тщательно промывать. Бусинка должна быть строго индивидуальной.



- Упражнения для губ и языка и челюстей с бинтом (салфетками)

Бинт разового пользования, строго индивидуален, размеры: длина 25-30 см, ширина 4-5 см. - сомкнутые и растянутые в улыбку губы плотно сжимают бинт. Взрослый пытается вытащить бинт, преодолевая сопротивление мышц губ. Выполняется в течение 10 - 15 секунд.

- выполняется по аналогии с упражнением 1, но бинт зажимается губами то в левом, то в правом углу рта поочередно (10 раз).

- зажатый губами в правом углу рта бинт без помощи рук перемещается в левый угол, затем, наоборот, из левого - в правый и т.д. (10 раз).



Материал подготовила: учитель-логопед Афанасьева С.С.

Источник:

<https://razvivashka.online/razvitie-rechi/artikulyatsionnaya-gimnastika-lyagushka> (интернет ресурсы)

https://mdou127.edu.yar.ru/docs/netraditsionnaya_artikulyatsionnaya_gimnastika.pdf (интернет ресурсы)

Используемая литература:

1. Косинова Е. М. Уроки логопеда: игры для развития речи / Елена Косинова. – М.: Эксмо: ОЛИСС, 2011.
2. Ткаченко Т.А. Логопедическая энциклопедия. — М.: ООО ТД «Издательство Мир книги», 2008.
3. В.В. Коноваленко, С.В. Коноваленко. Артикуляционная и пальчиковая гимнастика: Комплект упражнений к комплекту «Домашние тетради для закрепления произношения звуков». – М.: Гном-Пресс, 2000.
4. Нищева Н. В. Веселая артикуляционная гимнастика. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.

