

«Значение артикуляционной гимнастики в раннем возрасте»

Учитель-логопед
Плужникова Ю.В.

Артикуляционная гимнастика – комплекс специальных упражнений, помогающих развивать мышцы речевого аппарата. Вводить занятия можно начиная с 2 лет, когда у ребенка возникает потребность в общении, обогащении словарного запаса. Проводить гимнастику в силу возрастных особенностей малыша и привязанности к маме лучше в домашних условиях. Упражнения для детей 2-3 лет легки в воспроизведении, превращают занятия в игровую деятельность. Ребенок будет увлечённо выполнять действия, если подключить к процессу тренировки артикуляции музыку, актерское мастерство родителя, детские стихи и потешки.

Артикуляционная гимнастика для детей 2-3 лет необходима, так как укрепляет мышцы, стимулирует полноценные, правильные движения основными органами, участвующими в говорении (губы, язык, челюсти). Неверно мнение, что занятия нужны только детям с нарушениями в речи. В возрасте 2 лет начинается активное пополнение словарного запаса малыша. Он учится воспроизводить новые звуки, слова. Двух- или трехлетний кроха не может произносить правильно некоторые звуки (р, л, щ, ш), что является нормой. Систематическая артикуляционная гимнастика помогает малышу раньше освоить сложные звуки, слова, стимулирует говорение.

Цель упражнений на развитие артикуляции: усилить кровообращение в органах, участвующих в говорении; тренировать четкость произношения звуков; развивать гибкость языка, губ, щек, челюстей; подготовить артикуляционный аппарат к произношению отдельных, сложных звуков; обогатить словарный запас детей и кругозор.

Чтобы упражнения принесли пользу малышу, следует подготовиться к ним. Выполнять задания будет легче и интереснее, если использовать небольшое зеркальце. Ребенок смотрит в него, следит за движением язычка, губ, челюстей, щек. Говорить и показывать задания следует медленно, чуть протяжнее, чем в обычной жизни. Крохе на третьем году жизни сложно точь-в-точь сразу повторить за взрослым движения. Демонстрировать каждое задание необходимо 2-3 раза, после дать малышу возможность попробовать самостоятельно выполнить упражнение.

Существуют основные правила, которых нужно придерживаться при проведении артикуляционной гимнастики:

1. Проводить занятия следует регулярно. Детям в 2 года можно заниматься через день, в 3 – ежедневно.
2. Малыш должен выполнять движения медленно, при достижении хорошего результата можно повышать ритм, выполнять упражнения под счет.
3. Каждое упражнение желательно повторять 5-7 раз.

4. Средняя продолжительность речевой гимнастики 15 минут.
5. Проводить занятия нужно через полтора часа после еды или до приема пищи.
6. Удерживать позу нужно на протяжении 5-10 секунд. В 2 года время будет меньше, к 3 годам повышается.
7. Родителям следует завести специальный артикуляционный дневник.
8. Во время занятий в него записывают на что обратить внимание во время следующей гимнастики.
9. Если возникают какие-то вопросы по речи ребенка, можно будет проконсультироваться с логопедом, показать ему дневник.
10. Обязательно хвалить за успехи, стимулируя к активной деятельности.
11. Если малыш устал, нужно делать перерыв, смену деятельности. Можно рассказать ему стих, потанцевать, поиграть пальчиками.
12. Обязательно включать в комплекс упражнения на развитие слуха, дыхания, голоса. С них, как правило, начинаются занятия.

Артикуляционная разминка проводится до начала основной части занятия, перед сложными упражнениями. Можно использовать в подготовительном периоде несколько форм разминок: дыхательную, игра с пальчиками, на мимику. В первом случае упражнения способствуют правильному говорению, без спешки, ребенок учится верно распределять дыхание при произношении слов, предложений. Пальчиковая гимнастика способствует развитию мелкой моторики рук, пространственному представлению; обогащает словарный запас, если включить в комплекс чтение стиха. Упражнения на мимику нравятся малышам, они позволяют покривляться, пошалить, повторять за мамой смешные гримасы. Благодаря им ребенок познает психоэмоциональную сферу, понимает, как вести себя в определенной ситуации.

Дыхательную гимнастику проводят не дольше 15 минут. Предназначена она для разогрева речевого аппарата, правильной постановки дыхания при говорении. В комплекс разминки можно включить следующие упражнения:

«Свеча».

Ребенку предлагается представить, что он празднует день рождения. Перед ним поставили большой торт со свечками. Здесь можно использовать образовательный момент – посчитать с малышом, сколько ему годиков, столько и нужно будет задуть огоньков на торте. Первую свечу можно гасить медленнее, вторую быстрее, третью с голосовым сопровождением. Важно соблюдать правило: губы должны быть при выдохе в форме трубочки, вытянуты вперед. Перед выдохом малыш должен набрать полную грудь воздуха. Можно распределять по времени тушение свечи, первую задуть под счет до 5, вторую до 7, третью до 10. Каждый раз ребенку нужно распределять воздух, чтобы он не закончился раньше счета.

«Шар».

Можно дать в руки малышу мячик или надутый шарик. Если проводится упражнение с мячом, то предлагается опустить его вниз, набрать воздух в грудь. Медленно поднимать вверх руками и одновременно выпускать воздух из грудной клетки. С шариком крохе понравится заниматься больше, дети любят такую игру. Мама или папа надувают его, малыш подражает и набирает тоже воздух. Как только родитель начинает медленно спускать шарик, ребенок одновременно выдыхает. Можно спускать шарик быстрее, тормозить процесс, малыш должен следить и повторять все движения предмета.

«Иголочка».

Набрать воздух, надув щеки, поочередно «проколоть» сначала одну, потом вторую язычком. Когда осуществляется прокол, выходит воздух изо рта медленно и постепенно. Можно выполнять под счет.

Пальчиковую гимнастику используют у детей 2-3 лет в виде игры: «Где мизинчик? Указательный? Поругайся на кого-нибудь! Сожми, открой» и т. д. Хорошо развивает мелкую моторику простое упражнение на перебор бисера, малышу нужно отобрать в разные кучки мелкие, средние и крупные бусины. Чтобы малышу было интересно, нужно включать каждый день новые задания в комплекс. Сегодня можно подобрать множество интересных игр и стихотворных заданий на развитие речевого аппарата. Идеальный вариант: распределить упражнения на неделю, ежедневно показывая новые. Со следующей недели снова повторить комплекс.

Ниже приведен пример самых популярных упражнений для детей 2-3 лет.

Пальчиковая гимнастика	Артикуляционная гимнастика
К нам зайчишка прискакал Скок, скок, скок. Что мы зайныке дадим? Чем мы зайку угостим? У нас репка, посмотри. Зайку быстро угости.	«Научи зайку» (5 раз каждое упражнение): <ul style="list-style-type: none">• Широко открой рот - закрой.• Покажи длинный язык - убери.• Покажи зубы.• Язык бегаёт влево-вправо.
Ежик У меня колючий ежик, Я грибом его кормлю. В лапки ежик гриб берет, Но открыть не может рот. Ежика я угощу, Открывать рот научу.	«Научи ежика» (5 раз каждое упражнение): <ul style="list-style-type: none">• Широко открой рот - закрой.• Покажи длинный язык - убери.• Язык бегаёт вправо-влево.• Покажи зубы.• Улыбка (произноси «И») - трубочка (произноси «У»),
Дождик Постучите указательным пальцем по столу, приговаривая при каждом	Жил-был язычок. У него был большой дом. Вот такой. Широко открой рот - закрой.

<p>ударе «кап» (5-6 ударов). Предложите ребенку так же изобразить дождик: «Кап-кап-кап-кап-кап.</p>	<p>Был язычок вот такой. Покажи длинный язык - убери. Вышел язычок погулять. Стал бегать влево-вправо. Открой рот. Сделай движения языком влево-вправо. Выглянуло солнышко. Язычок обрадовался. Улыбнись. Спряталось солнышко, пошел дождь. Язычок огорчился. Сделай губы трубочкой</p>
	<p>«Улыбнись маме» - Попросите малыша улыбнуться вам (<i>или маме, бабушке</i>). - Сами покажите, как нужно улыбаться. - Пусть ребенок удерживает улыбку как можно дольше.</p>