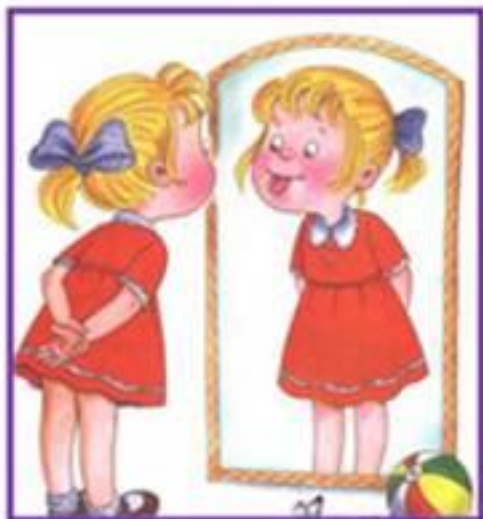


## **Памятка для родителей**

### **Роль артикуляционной гимнастики для детей**



Мы правильно произносим различные звуки благодаря хорошей подвижности органов артикуляции, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое небо. У ребенка точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются постепенно, в процессе речевой деятельности.

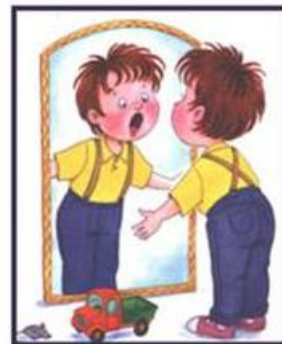
### **Что такое артикуляционная гимнастика?**

Гимнастика для рук, ног – дело привычное и незнакомое для всех. А вот зачем тренировать язык, ведь он и так «без костей»? Оказывается, 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. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками. Чтобы эта проблема не возникала у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше.

**Артикуляционная гимнастика** - это комплекс специально подобранных упражнений для органов артикуляции, направленных на исправление недостатков произношения. Она является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

**Цель артикуляционной гимнастики** - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Все упражнения артикуляционной гимнастики, условно, можно разделить на несколько комплексов: "общие" и "постановочные" упражнения.



**Общие упражнения** направлены на развитие подвижности органов речевого

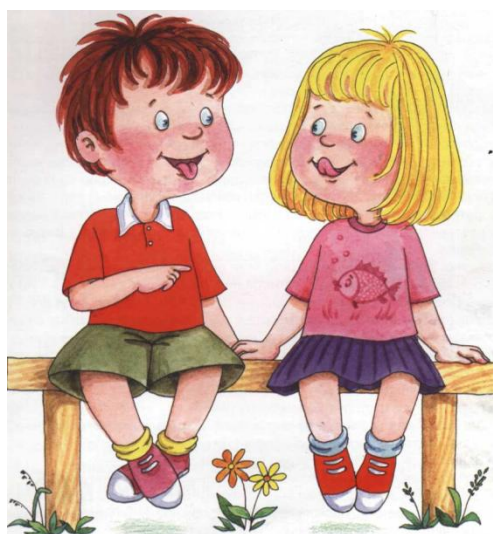
аппарата, отработку центрального выдоха, когда воздушная струя проходит по середине языка. Этот комплекс рекомендуется выполнять детям, с любыми недостатками звукопроизношения.

**Постановочные упражнения** направлены на отработку артикуляционных позиций различных групп звуков: свистящих [с, з, ц], шипящих [ш, ж, ч, щ], звуков [р], [л].

Ещё существует два вида упражнений для языка и губ: статические и динамические. Статические упражнения направлены на то, чтобы ребёнок научился удерживать артикуляционную позу в течение 6-10 секунд. Динамические упражнения (ритмичное повторение движений по 6-10 раз) вырабатывают подвижность языка и губ, их координированность и переключаемость.

### **Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики**

- Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут.
- Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
- Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
- При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
- Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.



- Артикуляционную гимнастику выполняют сидя. В таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- 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. Можно воспользоваться небольшим зеркалом на подставке, в этом случае взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.
- Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

### **Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:**

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;
- увеличить амплитуду движений;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов;
- подготовить ребёнка к правильному произношению звуков.

### **Полезные советы**

- Перед тем как приступить к занятиям, вы должны чётко знать, какие звуки у ребёнка нарушены; знает ли он названия частей своего тела, артикуляционных органов и как ориентируется в них. Обращаем ваше внимание на то, что не рекомендуется одновременно работать над звуками, которые требуют подъёма языка [ш, ж, р, л], и свистящими [с, з, ц], при произношении которых язык находится внизу.
- Так же необходимо выяснить, как ваш ребёнок ориентируется в пространстве: может ли он показать, что находится справа, слева, впереди, сзади, наверху, внизу; различает ли он правую и левую руки. Без этого выполнение артикуляционной гимнастики невозможно или крайне затруднительно для

ребёнка.

- Заниматься нужно в хорошо проветренном помещении.

- Детей младше 5 лет занятия перед зеркалом могут утомлять. В этом случае вы можете сесть друг против друга. Дети, для которых важен зрительный образ, охотно рассматривают картинки, а затем выполняют упражнения. Детям, ориентированным на слуховое восприятие, особенно важно прослушать стихотворение-описание.

- Для выполнения некоторых упражнений вам может понадобиться соска (для детских бутылочек), шпатель, чайная ложка, стерильный медицинский бинт.

Непременное условие - чистые руки ребёнка и родителей.

- Помните, что упражнение необходимо выполнять без напряжения, в спокойном темпе.

- Чаще хвалите ребёнка и ни в коем случае не выказывайте недовольство, если что-то не получается.

- Занятия артикуляционной гимнастикой с ребёнком 4 лет, помогут ему своевременно овладеть правильным звукопроизношением, а детям 5-6 лет - подготовить артикуляционные органы к постановке тех звуков, которые он самостоятельно освоить не смог.

**Но прежде всего вы должны проконсультироваться с логопедом и следовать его рекомендациям, так как артикуляционная гимнастика только готовит речевые органы к постановке звуков, но не ставит их!**

