

Маленькие язычки.

Польза артикуляционной гимнастики



Осваивая родную речь, дети частенько испытывают трудности с лексикой и артикуляцией. [Расширить словарный запас](#) относительно легко, ведь детская психика мгновенно усваивает новые слова и речевые конструкции. Намного сложнее добиться чёткой дикции – речевой аппарат большинства малышей нуждается в регулярных упражнениях. Артикуляционная гимнастика помогает малышам 3-4 лет заговорить правильно и красиво, не прибегая к услугам логопедов.

Что такое артикуляционная гимнастика?

В логопедической практике артикуляцией называют способность произносить звуки отдельно. Чёткость звучания напрямую зависит от развития артикуляционного аппарата. Наибольшее влияние на произношение оказывает постановка губ, языка и щёк. Детям необходимо развивать речевой аппарат, выполняя набор специальных упражнений.

Гимнастика для развития речи выполняется в игровой форме. Ребёнка располагают перед зеркалом и обучают простым и забавным упражнениями, помогающим лучше контролировать движения языка, щёк и губ. Взрослый на собственном примере показывает правильный вариант выполнения каждого упражнения, а ребёнок их старательно повторяет. Занятия с малышами в возрасте 2-3 лет длятся 7-10 минут, а с детьми 3-4 лет – около 20 минут в день.

Логопедическая гимнастика не требует особых условий. Через несколько месяцев работы от зеркала можно будет отказаться и выполнять упражнения «на ходу», с пользой коротая время в пробках, длинных очередях, на детской площадке.

Детские психологи считают, что артикуляционная гимнастика помогает не только в исправлении дикции, но и в укреплении семейных отношений. Родители становятся для ребёнка прямым примером для подражания и обучают навыку, крайне важному для адаптации в социуме. Научить малыша правильно говорить, значит заложить фундамент для успешного будущего.

Как стать логопедом для своего ребёнка?



Артикуляционный аппарат развивается постепенно и нуждается в тренировках. Ни один ребёнок не рождается с правильным произношением – чистому говорению необходимо учиться! Наш язык во время речи выполняет более 30-ти движений (кончиком и краями, спинкой и корнем), дающих разные акустические эффекты. Однако недостаточно делать только гимнастику для языка – огромное значение на артикуляцию оказывают движения губ и щёк!

Распространённые проблемы произношения

В возрасте 3-4 лет у 90% детей наблюдаются следующие дефекты речи, которые можно преодолеть, укрепив мышцы языка, щёк и губ ребёнка. Допустимыми считаются следующие искажения:

- Отсутствие/замена звука «р» («ломашка» вместо «ромашка»), а также ряда шипящих «ш», «щ», «ж» и «ч» («круська» вместо «кружка»).
- Замена схожих звуков «г» на «к» («криб» вместо «гриб») или «д» на «т» («терево» вместо «дерево»).
- Замена глухих на звонкие («папайка» вместо «бабайка»).
- Смягчение речи («льошка» вместо «ложка», «лямпа» вместо «лампа»).
- Сокращение сложных слов («компутер» вместо «компьютер», «лодильник» вместо «холодильник»).
- Перестановка слогов («лесопед» вместо «велосипед», «кашепон» вместо «капешон»).
- Пропуск «неудобных» звуков («люста» вместо «люстра», «пачик» вместо «пальчик»).

К 4,5 лет большинство дефектов устраняются автоматически при достаточной физической активности, отсутствии физиологических проблем. Укрепить речевой аппарат помогают: дыхательная гимнастика, бег и плаванье, комплекс упражнений для развития дикции.

Подготовка ребёнка к занятиям

Артикуляционная гимнастика для детей может стать одним из счастливейших воспоминаний детства. Не обязательно усаживать ребёнка в «школьную позу» или заставлять стоять «по стойке смирно». Играйте! **Артикуляционный аппарат невозможно развить за один месяц даже при интенсивных ежедневных занятиях.** Желательно преподносить упражнения, как игру – корчите рожицы перед зеркалом, просите повторять за вами движения.

Малыши от 6 месяцев до 1,5 лет



Ребятишки этого возраста охотно подражают взрослым. Во время прогулки можно подражать голосам животных – учите ребёнка «кукарекать», «мяукать», «мычать» тихо и громко. Для развития щёк и губ, хорошо подражать птичкам и земноводным. Спрашивайте у ребёнка: «Как делает жабка, когда дышит?», - раздувание щёк хорошо укрепляет мышцы. «Как дует ветер? Тихо? Сильно?», - малыш старательно будет выдувать воздух, напрягая мышцы губ. Старайтесь быть находчивым – логопедическая гимнастика может сопровождать изучение книжек и просмотр мультфильмов.

Дети 1,5 – 3 лет



Ребёнка заинтересуют более сложные упражнения. Достаточно повторять каждое упражнение 6-8 раз, чтобы получить пользу для дикции. Время для занятий зависит от настроения малыша – не применяйте силу. Если малыш раздражён или устал, лучше перенести тренировку на другое время. В этом возрасте крайне полезно давать малышу надувать мыльные пузыри – дети в восторге от радужных шариков! При этом хорошо прорабатываются мышцы губ и щёк. Делать артикуляционные упражнения можно во время прогулки или обеда, долгих ожиданий в очереди или сидя перед зеркалом, принимая водные процедуры или укладываясь спать. К примеру, можно попросить ребёнка: «Дотянуться языком до носа, подбородка или щёк», «Облизать губки кончиком или серединкой язычка», «Отправить воздушный поцелуй, укрепляющий мышцы губ».

Дети 3-4 лет



Длительность занятий увеличивается до 5-7 минут, упражнения становятся сложнее. Артикуляционный аппарат достаточно развит, чтобы выполнять классическую логопедическую гимнастику. Ребёнка можно усаживать перед зеркалом, параллельно приучая сидеть с ровной спиной. Малышу необходимо хорошо видеть лицо взрослого – садитесь рядом с ним и сначала показывайте упражнения на своём примере, а затем предлагайте повторить их перед зеркалом. Некоторые задания сложно выполнить, поэтому стоит подбадривать малыша: «Смотри, у меня тоже не вышло с первого раза – давай пробовать ещё!». Со временем у ребёнка появятся любимые упражнения, поэтому можно будет меняться ролями: «А теперь твоя очередь показывать задания» - малышу будет приятно почувствовать себя в роли учителя.

Полезные игры, упражнения

Какие упражнения выбрать, чтоб развивать артикуляционный аппарат? Используйте классические примеры из логопедической литературы, а также изобретайте собственные упражнения. Для дикции полезно выполнять как можно больше разнообразных движений мышцами губ и щёк, языком.

Занятия стоит проводить 2 раза в день по 5-7 минут, выполняя по два-три упражнения. Динамические задания повторяют 5-10 раз, в зависимости от возможностей и настроения малыша. А статические («замирание», удерживание одной позы) длится около 10-15 секунд. Полезно подбирать упражнения по назначению - в один день делать гимнастику для губ, во второй для щёк, в третий для языка.