ЗАОЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ ЛОГОПЕДА

**ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА?**



  Многие талантливые люди были неуспевающими учениками, например, - Альберт Эйнштейн плохо учился в школе. Андрей Дмитриевич Сахаров был, как известно, тугодумом, и все делал медленно. Но это не значит, что всякий неуспевающий ребенок – будущий Эйнштейн или Сахаров.

 Все мы хотим видеть своих детей умными, образованными, успешными. Одним детям обучение дается легко, другим – нет. У одних детей – много друзей, они общительны, им интересно учиться, они везде успевают и радуют своих родителей. Другим детям не хочется идти в школу, потому что там им не комфортно: трудно учиться и общаться. Почему так происходит? Ответ на удивление прост: причина - частичная незрелость тех или иных отделов мозга ребенка, которая ведет к торможению речевых процессов, а те, в свою очередь, тормозят процессы усвоения и обработки новой информации.

Своевременное овладение правильной, чистой речью имеет важнейшее значение для формирования полноценной личности. Человеку с хорошо развитой речью легко общаться - он может понятно выражать свои мысли и желания, задавать вопросы. И наоборот, малопонятная речь усложняет взаимоотношения с окружающими и часто накладывает тяжелый отпечаток на характер человека. Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребенка к успешному обучению в школе. Недостатки речи могут привести к неуспеваемости, породить неуверенность ребенка в своих силах, а это будет иметь далеко идущие негативные последствия.

Речь не является врожденной способностью, она формируется постепенно, и ее развитие зависит от многих причин. Одним из условий нормального становления звукопроизношения является полноценная работа артикуляционного аппарата. Невмешательство в процесс формирования детской речи почти всегда влечет за собой отставание в развитии. Дефекты звукопроизношения, возникнув и закрепившись в детстве, с большим трудом преодолеваются в последующие годы и могут сохраниться на всю жизнь. Компенсировать дефект может только квалифицированная помощь.

Для взрослых людей обычная гимнастика -  привычное и необходимое занятие. Мышцы тренируют,   чтобы  они  стали   сильными и  подвижными. Язык  -  главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима, чтобы  выполнять  тонкие целенаправленные  движения, именуемые звукопроизношением.

**Этапы постановки звуков**

***I этап: подготовительный.*** На этом этапе ведущая роль отводится артикуляционной гимнастике. А**ртикуляционная гимнастика***—*это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

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

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков — фонем — и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого нёба, необходимых для правильного произнесения как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

*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.

При  проведении  артикуляторной  гимнастики  особое  внимание необходимо уделять  качеству  выполнения  артикуляторных  движений. Важно  следить  за  чистотой выполнения  движений  (без  сопутствующих движений),  за  плавностью  движений, темпом,  нормальным  тонусом мышц  (без  излишнего  напряжения  или  вялости),  за объемом  движений, умением  удерживать  движение определенное  время, за переключаемостью движений,  т.е.  возможностью  перехода  от  одного движения  к другому, за точной  координацией  движений языка и губ.

Поначалу  артикуляционную  гимнастику  необходимо  выполнять перед  зеркалом. Ребенок  должен  видеть,  что  делает  его  язык. У взрослого человека артикуляция - автоматизированный навык,  а  ребенку необходимо  через  зрительное восприятие обрести  этот  автоматизм, постоянно упражняясь.

* Проводить  артикуляционную  гимнастику  нужно  ежедневно,  чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения в 2  приема по 5-7 минут.
* Артикуляционная  гимнастика выполняется  только  сидя,  чтобы  все другие мышцы ребенка были расслаблены, кроме прямой спины.
* Упражнения выполняются ежедневно от простых к сложным.
* Упражнения необходимо выполнять без напряжения, в спокойном темпе, повторять по 5-7 раз.
* Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

Если у ребенка не получается сразу упражнение - не беда, проделайте вместе с  ним упражнение и скажите, что у Вас тоже не получается, но мы потренируемся  и  все получится.  Чаще  хвалите ребёнка и  ни  в  коем  случае  не  выказывайте  недовольство. Это  придаст  ему уверенности  в  своих  силах  и  снимет  беспокойство за результат.

Разнообразить  занятия  помогут  картинки,  детские  стихотворения. 

Можно придумать много игр, чтобы у ребенка не угасал интерес к занятиям.

***II этап, постановочный:*** на данном этапе ведущая роль в работе по исправлению дефектов речи принадлежит логопеду, родителям отводится функция по закреплению полученных умений и навыков, отработке определенных артикуляционных движений.

***На III этапе*** происходит закрепление и отработка умений правильного звукопроизношения. В этот период очень важно контролировать речь ребенка, напоминать ему о звуковом самоконтроле в процессе речевого общения.

***IY этап*** не менее важен для становления речи ребенка – здесь звуки не только автоматизируются, но дифференцируются, и вводятся в поток речи. В принципе, это –речевая деятельность ребенка, в которой самоконтроль сводится к минимуму, потому как движения языка должны быть абсолютно совершенны и автоматизированы.

**Комплекс упражнений (общий)**

1. «Блинчик». Рот открыт, губы в улыбке, широкий язык удерживается в полости рта в расслабленном, спо­койном состоянии под счет до 5-10. Следить, чтобы язык не сужался, а кончик касался нижних зубов.
2. «Лопаточка». Рот открыт, губы в улыбке, поло­жить кончик языка на нижнюю губу «лопаткой», боко­вые края языка касаются углов рта. В спокойном, рас­слабленном состоянии удерживать язык под счет до 5- 10. Следить, чтобы нижняя губа не подворачивалась, широкий кончик языка лежал на губе, не выходя за ее пределы. Если язык не получается сделать широким, можно пошлепать по нему губами, произнося «пя-пя-пя», или нараспев тянуть звук [и].
3. «Накажем язычок». Губы в улыбке, легко поку­сывая, помассировать зубами всю поверхность языка, медленно высовывая и втягивая его в рот. Потом чесать язык зубами.
4. «Иголочка» («Змейка») Рот открыт, губы в улыбке, высу­нуть язык наружу «иголочкой», тянуться к отодвигае­мому от языка пальцу, карандашу, конфетке. Следить, чтобы губы и челюсти были неподвижны.
5. «Качели». Рот открыт, губы в улыбке, двигать язык к уголкам рта вправо-влево. Следить, чтобы че­люсть и губы были неподвижны, язык не скользил по нижней губе.
6. «Вкусное варенье» Рот открыт, губы в улыбке. Облизнуть кончиком языка верхнюю губу от одного угол­ка рта до другого. Следить, чтобы язык доходил до угол­ков рта, движение было плавным, без скачков, челюсть не двигалась. Так же облизать нижнюю губу. Потом облизать губы по кругу.
7. «Почистим зубки» Рот открыт, губы в улыбке. Плавно провести язы­ком по верхним зубам, прикасаясь к каждому зубу, вертикальными движениями, пе­ресчитывая их. Следить, чтобы челюсть не двигалась. То же движение — по нижним зубам.
8. «Футбол» Рот закрыт. Напряженный кончик языка упира­ется то в одну, то в другую щеку. То же, но рот открыт.
9. «Качели» Рот открыт, губы в улыбке. Подни­мать широкий язык к верхним и опускать к нижним зубам. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, челюсть не двигалась, язык не сужался.
10. «Фокус» Рот открыт, губы в улыбке. Язык вы­сунуть «чашечкой», «ковшиком». Сдуть ватку с кон­чика носа, воздух выходит по середине языка, ватка должна лететь строго вверх. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, а нижняя губа не натягивалась на нижние зубы.
11. «Барабанщик» («Дятел») Рот открыт, губы в улыбке. Бо­ковые края языка упираются в боковые верхние зубы. Многократно барабанить напряженным широким кон­чиком языка по верхней десне: «д-д-д», постепенно убыст­ряя темп. Следить, чтобы нижняя челюсть не двига­лась, губы оставались в улыбке, звук носил характер четкого удара, чтобы отчетливо ощущалась выдыхае­мая струя воздуха.
12. «Дождик». То же, что и в упражнении «Дятел», но произносить «ды-ды-ды», работает только язык. Для контро­ля можно поднести ко рту полоску бумаги. При пра­вильном выполнении она будет отклоняться.
13. «Индюк». Рот открыт, губы в улыбке. Положить широкий язык на верхнюю губу и двигать им вперед- назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы по­глаживая ее. Темп убыстряется постепенно, добавляет­ся звук голоса, пока не послышатся звуки, похожие на бл-бл (индюк разговаривает). Следить, чтобы язык был широким, он должен облизывать верхнюю губу. Нижняя челюсть  не двигается.
14. «Лошадка» Рот открыт, губы в улыбке. Широ­кий кончик языка прижать к нёбу за верхними зубами и оторвать со щелчком (пощелкать кончиком языка). Темп постепенно убыстряется. Следить, чтобы губы улыбались, нижняя челюсть не двигалась.
15. «Кошечка». Рот открыт, губы в улыбке. Ши­рокий кончик языка упирается в нижнюю десну, спин­ка языка выгибается. Следить, чтобы язык не сужался, кончик языка оставался у нижних зубов и не оттяги­вался назад, челюсть и губы были неподвижны.
16. «Грибок» Присасывание спинки языка к нёбу, сначала при сомкнутых челюстях, а за­тем при разомкнутых. Если присасывание не удается, то на спинку языка можно положить липкую конфе­ту — ребенок старается, прижимая спинку языка к нёбу, сосать конфету.
17. «Грибок» 1. Рот открыт, губы в улыб­ке. Широкий язык присосать к твердому нёбу, удержи­вать под счет до 10, потом оторвать со щелчком. Сле­дить, чтобы губы и нижняя челюсть не двигались, бо­ковые края языка были одинаково плотно прижаты (ни одна половинка не должна провисать). При повторении упражнения открывать рот шире.
18. «Гармошка» Присосать спинку языка всей плос­костью к твердому нёбу. Не отпуская языка, закры­вать и открывать рот, растягивая подъязычную уздеч­ку. При повторении упражнения надо стараться откры­вать рот все шире и все дольше удерживать язык в верхнем положении. Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны, не провисала одна из сто­рон языка.
19. «Парашютик» Рот открыт, губы в улыбке. Поло­жить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы длительно произнося звук [ф], сдуть ватку на противоположный край стола