

Артикуляционная гимнастика как основное средство коррекции нарушений звукопроизношения у детей в дошкольном возрасте

Логопед и воспитатель детского сада в практике чаще всего встречаются с нарушениями развития звуковой стороны речи у детей. При этом у одних детей оказывается не полностью сформирована система звуков языка (фонем): такие дети в своей речи или пропускают отсутствующие звуки или заменяют их уже сформировавшимися звуками. У других детей все звуки (или большинство из них) оказываются сформированными, но в речи смешиваются. В ряде случаев оказываются неправильно сформированными у ребенка отдельные звуки, которые звучат искаженно.

Поскольку наиболее частыми нарушениями речи у детей являются дефекты звукопроизношения, воспитатель должен уделять данному направлению работы наибольшее внимание. Одним из его разделов является артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика - гимнастика для органов речевого аппарата, которая проводится с целью постановки движений артикуляционных органов.

Мы правильно произносим различные звуки как изолированно, так и в речевом потоке благодаря хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо. Точность, сила и дифференцированность этих движений этих органов развиваются у ребёнка постепенно, в процессе речевой деятельности. Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики.

В процессе предварительного логопедического обследования часто обнаруживаются нарушения в строении органов артикуляционного аппарата.

Цель артикуляционной гимнастики - обработка полноценных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков. Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те движения и положения органов артикуляционного аппарата, в результате которых образуются звуки, составляющие фонетическую систему данного языка. Самым подвижным органом является *язык*. Он состоит из *корня* (основание, которым язык прикреплен к подъязычной кости) и *спинки*, в которой различают *переднюю*, *среднюю* и *заднюю части*. Особо можно выделить кончик языка, которым как бы заканчивается передняя часть языка, и боковые края передней и средней частей языка, так как от их работы зависит качество звуков развития, уточнения и совершенствования основных движений. Наибольшей степенью подвижности обладают передняя часть языка и кончик языка. Кончик языка может опускаться за нижние зубы (при звуках *с, з, ц*), подниматься за верхние зубы (при звуках *т, д, н*), прижиматься к альвеолам (при звуке *л*), дрожать под напором выдыхаемой струи воздуха (при звуке *р*). Передняя часть спинки языка может подниматься без участия кончика языка к альвеолам образовывать с ними щель (при звуках *с, з, ц*), подниматься к нёбу вместе с кончиком языка и образовывать щель с твёрдым нёбом (при звуках *ш, щ, ж*). Поэтому в артикуляционную гимнастику входят упражнения, в процессе которых вырабатываются следующие положения кончика языка:

- а) опущен за нижние зубы (Почистим нижние зубы);
- б) поднят вверх (Маляр, Грибок, Гармошка).

После того как каждое положение будет отработано, даётся упражнение на переключение с одного положения на другое (Качели). Средняя часть языка наиболее ограничена в своих движениях. Без продвижения передней или задней части языка она может только подниматься к твёрдому нёбу (при звуке *й* и мягких согласных). Для выработки подъёма средней части спинки языка выполняют упражнение (Киска сердится). Детям предлагают улыбнуться, показать зубы, открыть рот, кончик языка

положить за нижние резцы, выгнуть спинку и погладить её верхними зубами. При этом надо следить, чтобы нижние зубы не выдвигались вперёд. Задняя часть языка может подниматься и смыкаться с нёбом (при звуках *к, г*) или же подвижности мягкого нёба способствуют упражнения типа (Подуть на одуванчики, Ветер срывает листок (покашлять с открытым ртом на листок, подвешанный на ниточке)). Итак, мы видим, что при образовании различных звуков каждый орган занимает определенное положение. В речи звуки произносятся не изолированно, а один за другим, поэтому органы артикуляционного аппарата должны быстро менять свое положение. Четкого произношения звуков, слов фраз можно добиться, если органы артикуляционного аппарата будут достаточно подвижны, а работа их координирована. Как правило, упражнять ребёнка необходимо лишь в тех движениях, которые нарушены, а также в тех, которые требуются для постановки каждого конкретного звука. Всю систему артикуляционной гимнастики можно разделить на два вида упражнений: статические и динамические. Каждое упражнение имеет своё название. Названия эти условные, но очень важно, чтобы дети их запоминали. Во-первых, экономит время, так как логопеду не нужно всякий раз объяснять способы выполнения, а достаточно бывает лишь сказать (поиграем в барабан или поиграем в лошадки).

Статические подготовительные упражнения.

1. Лопаточка.
2. Чашечка.
3. Иголочка.
4. Горка.
5. Трубочка.

Каждое из перечисленных упражнений выполняется чётко, медленно по 8-10 раз (Приложение 1).

Динамические подготовительные упражнения

1. Часики.
2. Лошадка.
3. Грибок.
4. Качели.
5. Вкусное варенье.
6. Змейка.
7. Маляр.
8. Катюшка.

При подготовке к постановке каждого очередного звука логопед должен выбирать из всех перечисленных упражнений только те, которые он считает необходимыми, соотносясь с артикуляцией фонемы, которую будет ставить, и с особенностями органов артикуляционного аппарата ребенка. Занятия по исправлению дефектов произношения проводятся в определенной последовательности.

Методические рекомендации к артикуляционной гимнастике

При выполнении артикуляционной гимнастики следует соблюдать следующие требования:

- 1) каждое движение выполняйте перед зеркалом;
- 2) движения проводите неторопливо, ритмично, чётко;
- 3) чаще сравнивайте действия взрослого с действиями ребёнка;
- 4) выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки и руку ребёнка, имитируя движения языка;
- 5) гимнастика не должна ребёнку надоедать, и чтобы он от неё не уставал;
- 6) проводить речевую гимнастику надо ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными. Лучше её делать перед общей утренней зарядкой или перед завтраком в течение 3- 5 минут;
- 7) не следует предлагать более 2- 3 упражнений.
- 8) гимнастику можно проводить подгруппами из 4-6 человек и индивидуально;

8) при отборе материала для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определённую последовательность, идти от простых упражнений к более сложным;

9) проводить упражнения надо эмоционально, в игровой форме. Из выполняемых 2-3 упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же дети выполняют какое-то упражнение недостаточно хорошо, воспитатель не вводит новых упражнений, а отрабатывает старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приёмы. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребёнка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении или стоя перед зеркалом, дети должны видеть педагога и своё лицо, которое должно быть хорошо освещено, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений, качество выполняемых ребёнком движений (точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому), в противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели. Поэтому ребёнок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребёнок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (9 на 12), но тогда взрослый должен находиться напротив ребёнка лицом к нему. Взрослый следит за качеством выполняемых движений: точностью и правильностью движения, плавностью, достаточным объёмом движения, темпом выполнения, устойчивостью, хорошей переключаемостью с одного движения на другое, симметричностью, наличием лишних движений. Нельзя проводить артикуляционную гимнастику, не видя, как выполняет упражнения каждый ребёнок. Поэтому работа над каждым упражнением идет в определенной последовательности:

- рассказывает о предстоящем упражнении с использованием игровых приемов;
- показывает его выполнение;
- выполнение упражнения детьми перед зеркалом;
- проверка правильности выполнения, указания на ошибки;
- выполнение упражнения без зеркала (если это возможно).

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряжённость движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся свободными и координированными. Не все дети одновременно овладевают двигательными навыками, поэтому необходим индивидуальный подход. Нельзя говорить ребёнку, что он делает упражнение неверно, - это может привести к отказу выполнять упражнение. Надо показать ребёнку его достижения («Видишь, Вова, язык уже научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок научится подниматься кверху»). Если логопед видит, что ребёнок в основном справляется с выполнением упражнения и только некоторым детям оно удаётся не совсем, он проводит с ними дополнительную индивидуальную работу или даёт задание родителям отработать эти движения дома. Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить, чтобы движения каждого органа выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. Если это условие нарушается, необходимо индивидуально отработать с ребёнком движения перед зеркалом. Следит за качеством выполняемых ребёнком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели. В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании положительного эмоционального настроения у ребёнка. Если у ребёнка при выполнении упражнений долго (около 1 месяца) не вырабатываются точность, устойчивость и плавность движений органов артикуляции, это может означать, что вы не совсем правильно выполняли упражнения или проблема ребёнка серьезнее.

Комплексы упражнений для разных органов артикуляционного аппарата

а) Упражнения для языка

«Птенчики».

Описание: рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

«Лопаточка».

Описание: рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

«Чашечка».

Описание: рот широко открыт. Передний и боковые края широкого языка подняты, но не касаются зубов. «Иголочка», «Стрелочка», «Жало».

Описание: рот открыт. Узкий направленный язык выдвинут вперед.

«Горка», «Киска сердится».

Описание: рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

«Трубочка».

Описание: рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх. «Грибок».

Описание: рот открыт. Язык присосать к небу.

«Часики», «Маятник».

Описание: рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

«Змейка».

Описание: рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.

«Качели».

Описание: рот открыт. Напряжённым языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам. «Футбол», «Спрячь конфетку».

Описание: рот закрыт. Напряжённым языком упереться то в одну, то в другую щеку.

«Почистим зубы».

Описание: рот закрыт. Круговыми движениями языка провести между губами и зубами. «Катушка».

Описание: рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывается» вперёд и убирается в глубь рта.

«Лошадка».

Описание: присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку. «Гармошка».

Описание: рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

«Маляр».

Описание: рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведём от верхних резцов до мягкого нёба.

«Вкусное варенье».

Описание: рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта.

«Оближем губки».

Описание: рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. Каждое упражнение выполняется 6-8 раз.

Б) Упражнения для губ

«Улыбка».

Описание: удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

«Заборчик».

Описание: верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.

«Трубочка».

Описание: вытягивание губ вперёд длинной трубочкой.

«Хоботок».

Описание: вытягивание сомкнутых губ вперёд.

«Бублик», «Рупор».

Описание: зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперёд. Верхние нижние резцы видны.

Чередование положений губ: «Заборчик» - «Бублик»; «Улыбка» - «Хоботок». «Кролик».

Описание: зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

На подготовительном этапе педагог выбирает из перечисленных упражнений только те, которые он считает необходимыми для формирования правильного артикуляционного уклада нарушенного звука.

Традиционные формы проведения артикуляционной гимнастики

Специальные целенаправленные упражнения подготавливают артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произнесению нужных звуков. Воспитатель показывает родителям, как надо выполнять каждое упражнение любого комплекса, на что следует обращать внимание. Занятия с ребёнком дома следует проводить ежедневно или через день в форме игры. С детьми четырёх лет и старше занятия проводят перед зеркалом, чтобы ребёнок мог контролировать свою артикуляцию. При этом должны соблюдаться те же требования, которые предъявляются к проведению артикуляционной гимнастики: точность движений, равномерное участие в них левой и правой половины языка и т.д. Слон. Вытягивание губ вперёд трубочкой, как бы беззвучно произнося звук у.

Подражаю я слону –
Губы хоботом тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.

«Лягушка-слон».

Описание. Чередование положений губ: в улыбке - трубочкой. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

«Рыбка».

Описание. Спокойное широкое открывание и закрывание рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

«Качели».

Описание. Рот широко открыт, губы в улыбке. Ритмично меняем положение языка: кончик языка за верхними резцами; кончик языка за нижними резцами. Двигается только язык, а не подбородок!

«Часики».

Описание. Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Кончик языка поочередно касается то левого, то правого угла рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт. Подбородок не двигается!

«Лопаточка».

Описание. Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Широкий, расслабленный язык лежит на нижней губе. Такое положение удерживается 5-10 сек. Если язычок не хочет расслабиться, можно похлопать его верхней губой, произнося при этом: пя-пя-пя.

«Иголочка».

Описание. Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Высунуть изо рта узкий, напряжённый язык. Удерживать 5-10 сек.

«Лопаточка-иголочка».

Описание. Чередование положений языка: широкий-узкий. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

«Горка».

Описание. Рот широко открыт, губы слегка в улыбке. Кончик языка упирается в нижние зубы, спинка языка выгнута дугой. Удерживать 5-10 сек. Затем верхние передние зубы с лёгким нажимом проводят по спинке языка от середины к кончику.

Спинка язычка сейчас

Станет горочкой у нас.

Скатываются зубки с горочки.

Постучимся в дверку. Рот широко открыт, губы слегка в улыбке. Кончик языка упирается в нижние зубы, спинка языка выгнута дугой. Чередовать следующие движения: отодвигать язык вглубь рта и приближать к передним нижним зубам. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

Нетрадиционные формы проведения артикуляционной гимнастики

Артикуляционная гимнастика в нетрадиционной форме проводится в виде игры.

Упражнения для расслабления мышц органов артикуляции. Самомассаж языка.

Звукознайка собирается сделать полезный массаж языку, чтобы язычок стал расслабленным, послушным и ему легко было произносить разные звуки. Сделай и ты массаж своему языку. Помогут тебе твои губы и зубы. Они будут язык поглаживать, похлопывать. Сделай массаж язычку ещё раз. Чувствуешь, как понравился язычку такой массаж? Какой он стал спокойный, расслабленный, готов тебя слушаться и делать всё так, как ты ему велишь.

Упражнение «Лягушки улыбаются».

Чтобы научиться красиво говорить, надо заставить свои губы хорошо работать. И знаешь, что здесь главное? Научиться улыбаться открытой улыбкой. Отгадай загадку и узнаешь, кто тебе поможет широко улыбаться:

Скачет зверушка,

Не рот, а ловушка.

Попадут в ловушку

И комар, и мушка.

Кто это? Правильно. Это лягушка Квака. Поучимся вместе с Квакой широко улыбаться. Возьми зеркало и будем улыбаться вместе. Квака любит улыбаться.

Рот у Кваки до ушей,

Хоть завязочки пришей.

Если и при систематических занятиях дома в течение 2-3 месяцев нужная группа звуков не появится, следует обратиться к логопеду. Ниже приводятся комплексы упражнений для формирования основных групп звуков у детей в возрасте от 3-4 лет. Руководя работой родителей, воспитатель должен обратить их внимание на следующее: надо выбрать комплекс упражнений для усвоения тех звуков, можно одновременно брать упражнения из комплексов для свистящих и сонорных звуков, а потом переходить к другим комплексам; у ребёнка не всегда может сразу всё хорошо получаться, и порой это вызывает у него отказ от дальнейшей работы. В таких случаях родители не должны фиксировать внимание малыша на том, что не получается, надо подбодрить его и вернуть к более простому, уже отработанному материалу, напомнив, что когда-то это тоже не получалось. Выполнять все упражнения надо поэтапно, в той последовательности, в какой они даны в пособии. Когда у ребёнка появится звук, надо постепенно с помощью воспитателя вводить его в речь, т.е. учить ребёнка правильно употреблять звук в словах, а затем во фразовой речи. Вся работа по формированию правильного звукопроизношения родители согласовывают с воспитателем и логопедом, обращаются к ним при всех возникающих затруднениях.