

## Для чего нужна артикуляционная гимнастика?

Артикуляционная гимнастика – это специальные упражнения для тренировки органов артикуляции (органов, участвующих в образовании звуков речи): языка, губ, щёк, нижней челюсти.

Многие думают, что артикуляционная гимнастика нужна лишь тем, у кого имеются нарушения звукопроизношения. Конечно, таким людям она необходима в первую очередь, но и всем остальным, она будет не менее полезна. Давайте разберёмся, кому может пригодиться артикуляционная гимнастика:



1. Детям со сложным нарушением звукопроизношения. Гимнастика поможет сгладить дефект и подготовить мышцы для произношения чистых и красивых звуков.
2. Малышам. Если ребёнок ещё совсем маленький, и произносить многие звуки ему ещё «не положено по возрасту», артикуляционную гимнастику можно использовать как средство профилактики нарушений звукопроизношения. В этом случае малыш сможет сам научиться говорить правильно, без помощи специалиста.
3. Детям с вялым звукопроизношением. Про таких детей ещё говорят «с кашей во рту». Гимнастика поможет сделать речь чистой и внятной. Также необходимо помнить, что чёткое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.
4. Взрослым. Всем тем, кто хочет улучшить свою дикцию, научиться говорить с «открытым ртом», сделать речь более выразительной.

Условно все упражнения можно разделить на три группы: упражнения первой группы помогают улучшить подвижность и согласовать работу органов речи, упражнения второй группы – увеличить силу их движений, упражнения третьей группы помогают «приучить» язык, губы и нижнюю челюсть к определённому положению, которое они должны занять для правильного произношения того или иного звука. Не стоит также забывать про задания, направленные на развитие голоса, дыхания и речевого слуха. Это очень важно для правильного звукопроизношения.

Как правильно заниматься артикуляционной гимнастикой?

- Все упражнения необходимо выполнять перед зеркалом. У ребёнка ощущения от положения органов артикуляции могут быть искажены, из-за этого выполнение упражнений может стать неверным. А с помощью зрительного контроля малыш легко найдёт нужное положение и хорошо его запомнит.
- Изначально упражнения необходимо выполнять медленно. Ребёнку нужно время «прочувствовать» артикуляционные позы. Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не будут иметь смысла.
- Занятия лучше проводить утром и вечером. Здесь очень большую роль играет систематичность. В зависимости от возраста и усидчивости ребёнка изменяется и время занятий, но в любом случае не стоит делать упражнения дольше 7 минут (ребёнок устанет у него возникнет негативное впечатление о зарядке, да и перенапряжение мышц ни к чему хорошему не приведёт).
- Не забудьте превратить гимнастику в увлекательную игру.
- Упражнения на повторение помогут отработать определённые положения органов артикуляции, необходимые для произношения звуков, вызывающих наибольшие трудности именно у вашего малыша.
- Если во время занятий вы отмечаете, что язычок у ребёнка слишком напряжён, дрожит, отклоняется в сторону, а нужную артикуляционную позу малышу не удаётся держать даже короткое время, обязательно обратитесь к логопеду.

Артикуляционная гимнастика является мощным фактором развития внятной речи и правильного произнесения звуков, а чистое звукопроизношение наряду с богатым словарным запасом и грамматически правильно оформленной, хорошо развитой, связной речью является одним из основных показателей готовности ребёнка к обучению в школе.

Автор: учитель-логопед Ускова Ю.В.  
Иллюстратор: Megan Higgins