

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА»



Очень важной в коррекции речевых нарушений является артикуляционная гимнастика.

Гимнастика для рук, ног – дело нам привычное и знакомое. Всем понятно, для чего мы тренируем мышцы – чтобы они стали сильными, ловкими, подвижными. А вот зачем язык тренировать, 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.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем и коррекции нарушений звукопроизношения. Она 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.

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.

2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: их мышцы будут уже подготовлены.

3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».

4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем - и детям, и взрослым - научиться говорить правильно, чётко и красиво. Надо помнить, что чёткое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.

При проведении артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать следующие рекомендации:

1. Внимательно прочитайте описание упражнения. Попробуйте выполнить его перед зеркалом. Только после того, как Вы сами освоите это упражнение, предлагайте его ребенку.
2. Гимнастика проводится ежедневно по 5-10 минут.
3. Упражнения выполнять сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала 15*15 см.), в спокойной обстановке, при достаточном освещении.
4. Комплекс на одно занятие включает 5-7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания.
5. Каждое упражнение выполняется по 5 раз.
6. Упражнения выполняются после показа взрослого. Для поддержания интереса к гимнастике используются стихи.
7. После того, как упражнение усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого (по названию).
8. Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.
9. Упражнения должны быть целенаправленными: важно не их количество, важен правильный подбор упражнений и качество выполнения.
10. Точность движения речевого органа определяется правильностью конечного результата.
11. Плавность и легкость движения предполагают движения без толчков, подергиваний, дрожания органа (напряжение мышцы всегда нарушает плавность и мягкость движения); движение должно совершаться без вспомогательных или сопутствующих движений других органов.
12. Темп – это скорость движения. Вначале движение производится несколько замедленно, постепенно убыстряется. Затем темп движения должен стать произвольным – быстрым или медленным.
13. Устойчивость конечного результата означает, что полученное положение органа удерживается без изменений произвольно долго.
14. Переход (переключение) к движению и положению должен совершаться плавно и достаточно быстро.