

АКТИВНАЯ АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Активная артикуляционная гимнастика — это гимнастика для нижней челюсти, губ, щек и языка. Ее ребенок выполняет сам, повторяя движения, показанные взрослым. Артикуляционные упражнения бывают статическими (удержание органов артикуляции в определенной позе в течение 2—5 секунд) и динамическими (многократное повторение ребенком одного и того же движения). Чтобы помочь ребенку при выполнении статических упражнений, взрослый вслух считает или дает ему следующие команды: «Раз, два, три — от-дох-ни!» или же «Раз, два, три, четыре, пять — теперь можно отдыхать!» Динамические упражнения необходимы для выработки умения переключаться с одной артикуляционной позы на другую, поэтому выполняются в более быстром темпе. Они выполняются тоже под счет («Раз-два, раз-два...») или же по команде взрослого. Например, при выполнении упражнения «Качели», предусматривающего подъем и опускание языка, команды могут быть такими: «Вверх-вниз, вверх-вниз...»

Артикуляционные упражнения выполняются медленно и обязательно перед зеркалом, чтобы малыш мог видеть и ваше лицо, движения которого он копирует. и себя самого, а взрослый следил, все ли правильно он делает. Если ребенок не может повторить какое-либо действие, помогите ему, проведя соответствующее пассивное упражнение (используя пальцы рук или чайную ложечку).

Комплекс упражнений для детей младшего школьного возраста

С ребенком следует разучить комплекс общеукрепляющих артикуляционных упражнений, направленных на развитие речевого аппарата в целом. Эти упражнения можно считать прекрасной профилактикой от возникновения у детей дефектов речи.

Сначала предложите малышу рассмотреть перед зеркалом свои органы артикуляции и назвать их: «Губы, зубы, щеки, язык». Обратите внимание ребенка, что у него есть верхняя и нижняя губы, верхние и нижние зубы, а язычок только один. Скажите, что язычок очень подвижный и ловкий. Он умеет выполнять самые разные движения.

В первую очередь предложите ребенку игры для губ, щек и нижней челюсти и лишь затем переходите к упражнениям для развития подвижности языка.

Артикуляционная гимнастика не должна превратиться в серию утомительных упражнений, поэтому проводится в форме забавной игры. Ребенок, увлекшись, не заметит, что его учат. А значит, процесс развития речевой моторики будет протекать быстрее и успешнее.

В течение одного занятия не стоит пытаться выполнить все упражнения, заниматься несколько раз в день, каждый раз выполняя по 2—3 упражнения.

Упражнения для нижней челюсти, губ и щек

Птенчик

(статическое артикуляционное упражнение)

Скажите малышу, что он птенчик, а себя назовите птичкой-мамой. Сообщите птенчику, что сейчас вы будете его кормить. Попросите ребенка широко открыть рот (покажите, как это делать) и остаться в таком положении несколько секунд (положение губ, как при произнесении звука А).

Поднесите пальцы руки, сложенные щепотью, к открытому рту ребенка, словно вы что-то кладете или насыпаете.

При этом расскажите стихотворение:

Ротик шире открывай —

Кушай, птенчик, не зевай!

Улыбка

(статическое артикуляционное упражнение)

Игра подготовит губы ребенка к произнесению звуков И, С, З.

Широко улыбнитесь, обнажив сомкнутые зубы (положение губ, как при произнесении звука «И»). Прикус естественный: нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед. Попросите ребенка улыбнуться в ответ и удерживать губы в улыбке 2—5 секунд.

Расскажите стихотворение:

Улыбнись мне поскорей.

Тяни губки до ушей!

Колечко

(статическое артикуляционное упражнение)

Скажите малышу, что умеете делать колечко: вы открываете рот, округлив губы рупором, и вытягиваете их вперед (положение губ, как при произнесении звука О). Удержите губы в таком положении 2—5 секунд и спросите, сумеет ли он сделать такое же колечко.

Расскажите стихотворение:

Губки круглые сложи

И колечко покажи.

Малыш плачет

(динамическое артикуляционное упражнение)

Скажите малышу, что, когда маленький ребенок плачет, он кричит: «УА-УА!», а затем произнесите это звукоподражание, но беззвучно, только шевеля губами. Таким образом, вы показываете одно за другим артикуляционные упражнения «Трубочка» и «Птенчик». Попросите ребенка повторить эти движения губами. Менять положение губ нужно 2—5 раз подряд.

Веселый — грустный

(динамическое артикуляционное упражнение)

Эта игра также вырабатывает навык быстрого изменения положения губ. Расскажите ребенку, что, когда человеку весело, он всегда улыбается, а когда грустно, его губы собираются в трубочку. Покажите малышу сначала веселого человечка, а потом грустного. (Движение губ, как при последовательном произнесении звуков ИУ.) Сменить положение губ надо 2—5 раз.

Шарик

(статическое и динамическое артикуляционное упражнение)

Покажите, как можно надуть щеки и удерживать их в таком положении 3—5 секунд. Если ребенку не удастся повторить, предложите ему просто дунуть, а сами сожмите в этот момент губы малыша своими пальцами. В результате щеки надуются. Удерживать щеки в таком положении надо в течение 2—5 секунд. Затем покажите, как поднести к щекам кулачки и слегка ударить ими по щекам. «Шарик» лопнет, а воздух, издав звук, выйдет наружу.

Расскажите стихотворение:

*Шарик надувай,
Воздух выпускай.*

Поцелуй

(статическое и динамическое артикуляционное упражнение)

Покажите малышу, как можно втянуть щеки внутрь рта, всосав в себя воздух. При этом нижняя челюсть слегка опущена, губы сомкнуты. Удерживайте такую позу в течение 2—5 секунд, а затем с усилием разомкните губы, слегка причмокнув. Если ребенку не удастся втянуть щеки, предложите ему вытянуть губы немного вперед и причмокнуть. Повторите упражнение 2—5 раз.

Научите малыша посылать воздушный поцелуй. Следите за тем, чтобы ребенок чмокал губами именно в тот момент, когда подносит свою ладошку к губам, а не раньше и не позже.

Расскажите стихотворение:

*Губки в трубочку сложу я.
Потом маму поцелую.*

Рыбка

(динамическое артикуляционное упражнение)

Эта игра также подготовит губы ребенка к произнесению звуков М, П, Б.

Скажите малышу, что рыбка разговаривать не умеет;

*Ротик открывает,
Что сказать, не знает !*

Затем покажите, как рыбка открывает ротик. Для этого сначала широко откройте рот, потом резко закройте, плотно смыкая губы. Постепенно усиливайте темп.

Теперь предложите малышу самому изобразить рыбку, пускающую пузыри. Когда малыш научится выполнять упражнение, расскажите стихотворение:

*Рыбка ротик открывает —
Пузыри она пускает.*

Тигр

(статическое и динамическое артикуляционное упражнение)

Игра, развивая подвижность губ, подготавливает их к произнесению звуков О, Н.

Предложите малышу изобразить тигра. Для этого продемонстрируйте «тигриный» оскал: отведите губы в стороны и обнажите зубы.

Теперь попросите ребенка не только оскалиться, но и выставить когти. Для этого ему нужно поднять кисти рук к лицу, согнуть пальцы, напрячь их и удерживать в таком положении.

Расскажите стихотворение:

Злого тигра всякий знает

Тигр всех вокруг пугает.

Упражнения для языка

Все приведенные ниже упражнения приучают ребенка расслаблять язык, развивают его подвижность и подготавливают к произнесению согласных звуков.

Лопатка

(статическое артикуляционное упражнение)

Посмотрите на малыша, улыбнитесь, откройте рот и положите широкий, расслабленный язык на нижнюю губу. Скажите малышу, что язычок похож на лопатку, и предложите ребенку показать его «лопатку».

Пока ребенок удерживает язык в течение 3—5 секунд, расскажите стихотворение:

Вот она, лопатка, —

Широка да гладка.



Прятки

(динамическое артикуляционное упражнение)

Расскажите малышу, что язык умеет играть в прятки, и покажите, как он это делает. Улыбнитесь, откройте рот, положите широкий расслабленный язык на нижнюю губу, как и в предыдущем упражнении, а затем отодвиньте язык за нижние зубы — «язычок спрятался». Предложите малышу поиграть в прятки со своим язычком и совершить 3—5 таких движений.

Можно заинтересовать ребенка иначе. Скажите, что будете ловить его язычок. Поднесите ладонь ко рту ребенка, произнесите: «Цап!» и сделайте

хватательное движение, как будто хотите поймать высунутый язык. В этот момент ребенок прячет язык.

Во время занятия рассказывайте рифмовку:

Мы играем в прятки.

Где ж твоя лопатка?

Горка

(статическое артикуляционное упражнение) Расскажите ребенку, что язычок умеет не только в прятки играть, но и с горки кататься. «Смотри, какая большая горка!» — произносите вы, улыбаетесь и открываете рот. Кончиком языка надо упереться в нижние зубы, как в упражнении «Прятки», затем, не отрывая кончика, приподнять среднюю часть языка и выгнуть ее горкой. Теперь предложите ребенку самому показать горку. Пока ребенок выполняет упражнение, расскажите стихотворение:

Вот она какая,

Горочка крутая!



Кошечка

(динамическое артикуляционное упражнение)

Расскажите малышу, что кошка лакает молоко из блюдца язычком. Покажите, как она это делает: высуньте изо рта и втяните широкий, как лопатка, язык, совершая при этом соответствующие движения. Предложите малышу изобразить кошечку, которая лакает молоко из блюдца, и повторить движения языком 3—5 раз. Затем покажите, как сложить ладони, словно это блюдечко, и «полакать» молочко:

Полакай, как кошка,

Молоко из плошки.

Иголочка

(статическое артикуляционное упражнение)

Откройте рот и, улыбаясь, высуньте как можно дальше напряженный язык. Придайте ему форму длинного и тонкого жала и удержите в этой позе в течение 3—5 секунд. Теперь попросите малыша повторить упражнение и скажите, что его язык похож на длинную и острую иголку. Покажите, будто вы хотите прикоснуться ладонью к «иголочке», но затем, не донеся руки до рта малыша, отдерните ее: «Ой, какая острая!» Расскажите стихотворение:

Вот она, иголка, —

И остра, и колка.



Часики

(динамическое артикуляционное упражнение)

Высуньте изо рта длинный и тонкий как жало язык. Совершайте им движения из одного угла рта к другому и обратно. Скажите малышу, что так же качается маятник у часов. Затем попросите ребенка показать его «часики». Пусть малыш совершит 48 движений языком из стороны в сторону.

Обязательно следите за тем, чтобы нижняя челюсть ребенка оставалась неподвижной и, если необходимо, фиксируйте челюсть рукой. При выполнении упражнения произносите: «Тик-так, так-так...», задавая темп движений.

Качели

(динамическое артикуляционное упражнение)

Высуньте изо рта язык. Совершайте им движения вверх-вниз, стремясь дотянуться то до носа, то до подбородка. Скажите малышу, что так язычок качается на качелях. Теперь предложите ребенку покачать на качелях его язычок 4—8 раз.

Следите за тем, чтобы нижняя челюсть ребенка оставалась неподвижной, и, если необходимо, фиксируйте челюсть рукой. При выполнении ребенком упражнения произносите слова: «Вверх-вниз, вверх-вниз...», задавая темп движений.

Обезьянка

(статическое артикуляционное упражнение)

Изобразите обезьяну: приоткройте рот и поместите кончик языка между верхней губой и верхними зубами. Скажите, что вы — обезьянка-мама. Попросите малыша изобразить смешную обезьянку и удерживать такую позу в течение 3—5 секунд.

В следующий раз покажите обезьянку-папу: поместите кончик языка между нижней губой и нижними зубами. Предложите малышу изобразить обезьянку. Пока ребенок удерживает такую позу в течение 3—5 секунд, расскажите рифмовку:

Мы покажем обезьян:

За губой у них — карман,

А в кармашке — язычок.

Чики-чок, чики-чок!

Обезьянка и банан

(статическое и динамическое артикуляционное упражнение)

Расскажите малышу, что обезьяна очень любит бананы. «Вот она откусила кусочек банана и спрятала его за щеку», — кончиком языка оттопырьте правую щеку и останьтесь в таком положении в течение 3—5 секунд. Теперь предложите малышу самому изобразить, как обезьяна прячет за щекой банан.

Затем покажите, как обезьянка спрятала кусочек банана за другой щекой, — оттопырьте языком левую щеку.

Теперь попросите ребенка спрятать «банан», а вы постараетесь отгадать, за какой щекой он окажется. Дотроньтесь до оттопыренной щеки малыша пальцем: «Здесь банан!» Когда ребенок изменит положение языка, вновь покажите, за какой щекой «спрятан банан». Расскажите рифмовку:

*У нашей обезьяны
За щекой бананы.*

Лошадка

(динамическое артикуляционное упражнение)

Покажите малышу, как можно изобразить скачущую лошадку: нужно приоткрыть рот, присосать широкий кончик языка к твердому нёбу за верхними зубами, а затем со щелчком оторвать его. Сначала цокайте медленно, а затем быстрее и быстрее.

Предложите малышу «поскакать на лошадке» вместе с вами.

В процессе выполнения артикуляционного упражнения «Лошадка» можете согнуть руки в локтях, сжать их в кулаки и слегка покачивать руками, изображая всадника, держащего в руках вожжи. Расскажите стихотворение:

*Скачем на лошадке
По дорожке гладкой.*

Стой, лошадка!

(динамическое артикуляционное упражнение)

Скажите малышу, что пора лошадке остановиться. Покажите, как конюх останавливает лошадь: вы закрываете рот, смыкаете губы и выпускаете воздух так, чтобы воздушная струя заставила губы вибрировать — как можно дольше, чтобы получился звук, похожий на «тпру».

Теперь предложите малышу остановить и свою лошадку.

Артикуляционные упражнения не обязательно превращать в специально организованные игровые занятия, их можно проводить в любое время, например, во время умывания и еды. Покажите малышу во время утреннего туалета, как нужно полоскать рот водой, плотно смыкая губы; как, запрокинув голову, полоскать горло; как языком проверять, хорошо ли вычищены зубы.

Во время еды дайте ребенку задания облизать ложку, блюдце, пиалу; предложите попить сок с помощью мощью трубочки. Сначала трубочка должна быть до - статочно большого диаметра, а затем, когда малыш научится ею пользоваться, предложите тоненькую трубочку - соломку.

Оказавшись рядом перед зеркалом, поиграйте в «клоунов», то есть покорчите смешные и даже страшные рожицы.

В подвижные игры также старайтесь включать элементы знакомых малышу артикуляционных упражнений. Если вы играете в лошадок, озвучьте их движения: *поцокайте* языком, а в конце пути остановите лошадей, произнеся: «Тпру!»