

## **ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ**

Добиться чёткого произношения звуков, слов, фраз можно только при условии достаточной подвижности органов артикуляционного аппарата, к которым относятся язык, губы, нижняя челюсть, мягкое нёбо, их способности перестраиваться и работать координировано. Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развиваются у ребёнка постепенно, в процессе речевой деятельности.

Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики.

Артикуляционная гимнастика – совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц речевого аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированных движений органов, принимающих участие в речи.

При произнесении различных звуков речевые органы (язык, губы, нижняя челюсть, мягкая нёба) занимают строго определённое положение. Но так как в речи звуки произносятся не изолированно, а слитно, плавная следуя один за другим, то и органы артикуляционного аппарата быстро переходят из одного положения в другое.

Цель артикуляционной гимнастики – выработка полноценных движений и определённых положений органов речедвигательного аппарата, умение синтезировать простые движения в сложные, что особенно необходимо для правильного произнесения звуков родного языка.

Гимнастика включает в себя упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки всевозможных положений губ, языка, мягкого нёба.

Занятия проводятся по следующей схеме: в начале формируются грубые, диффузные движения упражняемых органов. По мере их усвоения переходят к выработке более дифференцированных тонких движений.

Работа организуется следующим образом.

1. Педагог рассказывает ребёнку о предстоящем упражнении, используя игровые приёмы.
2. Педагог показывает выполнения упражнения.
- 3 Упражнение выполняет ребёнок, а педагог проверяет правильность выполнения.

Упражнения должны быть целенаправленными: не столько важно их количество, сколько важны правильный подбор и качество их выполнения. Важно научить ребёнка правильно выполнять упражнения: отработать чистоту, чёткость движений; их плавность, силу, темп; точность движений при смене одного другим, что особенно важно при произношении слогов, слов, в процессе общения.

Точность движения речевого органа определяется правильностью конечного результата, что может быть оценено конечным местоположением и формой этого органа. Плавность и лёгкость движения предполагают

движения без толчков, подёргиваний, дрожания органа (напряжение мышцы всегда нарушает плавность и мягкость движения); движение должно совершаться без вспомогательных или сопутствующих движений в других органах. Темп – это скорость движения. Вначале движение производится несколько замедленно, педагог регулирует темп при помощи отстукивания рукой или счёта вслух, постепенно ускоряя его. За тем темп движения должен стать произвольным – быстрым или медленным.

Устойчивость конечного результата означает, что полученное положение органа удерживается без изменений произвольно долго. Переход (переключение) к другому движению и положению должен совершаться плавно и достаточно быстро.

Таким образом, требуется выработать умение точно принимать требуемую позу, удерживать её, плавно переключаться с одной артикуляционной позы на другую, выполнять движения в нужном темпе.

При отборе материала для артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать определённую последовательность – идти от простых упражнений к более сложным.

В любом упражнении все движения органов артикуляционного аппарата осуществляются последовательно, с паузами перед каждым новым движением, чтобы взрослый мог контролировать качество движения, а ребёнок – ощущать, осознавать, контролировать и запоминать свои действия. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе перед зеркалом, т. е. для достижения конечного результата используется зрительный самоконтроль.

После того как ребёнок научится выполнять движения, зеркало убирают, и функции контроля берут на себя собственные кинестетические ощущения ребёнка (ощущения движения и положения органов артикуляционного аппарата). С помощью наводящих вопросов взрослого ребёнок определяет, что делает его язык (губы), где он находится, какой он (широкий, узкий) и т. п. Это даёт детям возможность свои первые «открытия», вызывает интерес к упражнениям, повышает их эффективность.

Упражнения перед зеркалом педагог выполняет вместе с ребёнком. Для этого педагог сам должен уметь показать правильную артикуляцию и ощущать положения и движения органов своего артикуляционного аппарата без зрительного контроля, что требует определённого навыка и достигается путём тренировки.

Закрепление любого навыка требует систематического повторения действия, поэтому проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, желательно 2 – 3 раза в день, чтобы вырабатываемые двигательные навыки становились более прочными. Упражнения не должно доводить орган до переутомления. Первый признак утомления – снижение качества движения, что служит показанием к временному прекращению данного упражнения.

Дозировка количество повторений одного и того же упражнения должна быть индивидуальной как для каждого ребёнка, так и для каждого данного периода работы с ним. При статических упражнениях рекомендуется

удерживать положение под счёт от 1 до 7, в зависимости от периода работы, выполняя по 3 – 5 подходов. При динамических упражнениях движения повторяются от 3 до 7 раз также в зависимости от периода работы, за 3 – 5 подходов.

В ходе занятия из выполняемых упражнений новыми могут быть не более одной трети, две трети остаются для повторения. Если какое – то упражнение выполняется не достаточно качественно, новое упражнение не вводится. Повторный материал продолжает отрабатываться с использованием для его закрепления новых игровых приёмов, образов.

Артикуляционную гимнастику обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребёнка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии. Размещать детей надо так, чтобы все они видели лицо педагога, которое должно быть хорошо освещено.

Педагог должен следить за качеством выполняемых каждым ребёнком движений, в противном случае артикуляционная гимнастика не достигнет своей цели.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся не принуждёнными и вместе с тем координированными.

Не все дети овладевают двигательными навыками одновременно, поэтому каждому ребёнку необходим индивидуальный подход. Нельзя говорить малышу, что он делает упражнение неверно – это может привести к отказу выполнять движения. Надо показать ребёнку его достижения, подбодрить («Видишь, твой язычок научился быть широким. Ничего, твой язычок обязательно научиться подниматься кверху»).

На подготовительном этапе используются два вида общеразвивающих упражнений: статические и динамические с образными названиями.

Статические упражнения направлены на удержание артикуляционной позы в течение 6 – 10 с. Динамические упражнения требуют ритмического повторения движений до 6 – 8 раз, координации, хорошей переключаемости.

Длительность проведения артикуляционных упражнений и их дозировка зависят от компенсаторных возможностей самого ребёнка, характера и тяжести речевого нарушения. Выполнение упражнений артикуляционной гимнастики требуют от малыша больших энергетических затрат, определённых усилий, времени и терпения. Эффективность коррекционной работы по совершенствованию артикуляционной моторики в значительной мере определяются активностью самого ребёнка, его инициативой, выносливостью, сосредоточенностью, работоспособностью. Автоматизация любого навыка требует систематического повторения. Чтобы не пропал интерес к выполняемой работе, гимнастика не должна проводиться шаблонно, скучно; необходимо создать благоприятные условия положительной эмоциональной настройкой, вызывать живой интерес положительное отношение к занятиям, стремление правильно выполнять упражнения. Для этого лучше всего использовать игру как основную

деятельность детей, а следовательно, самую естественную и привлекательную для них форму занятий. В игре обязательно должен присутствовать элемент соревнования, должны быть награды за успешное выполнение упражнений. Каждому упражнению в соответствии с выполняемым действием даётся название (например, движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы – «Качели»), к нему подбирается картинка образ. При выполнении упражнений артикуляционной гимнастики картинка служит ребёнку образцом для подражания какому либо предмету или его движениям. Педагог также приучает детей внимательно слушать словесную инструкцию точно её исполнять, запоминать последовательность действий. Для красочного и забавного оформления игры – занятия используются игрушки, сказочные герои, стихотворные тексты. Если педагог видит, что группа в основном справляется с выполнением упражнения и только некоторым детям оно не совсем удаётся, он проводит с ними дополнительную индивидуальную работу.

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 артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению звуков.

Соприна М. В. Учитель – логопед МДОУ д/с №22 «Почемучка»,  
Журнал «Воспитатель ДОУ» №10/ 2010