

## Статья на тему: Артикуляционная гимнастика в детском саду.



Подготовила: учитель-логопед  
МАДОУ ДС г. Нижневартовска  
№ 69 «Светофорчик»  
Федяшкина Марина Михайловна

Все мы хотим слышать правильную чистую речь наших воспитанников. Для того, чтобы

формировать правильное звукопроизношение у детей, начиная с младших групп, нам необходимо тренировать мышцы языка.

**Язык** - это мышечный орган, который состоит из 16 мышц, покрытых слизистой оболочкой.

Когда человек спит, его язык всё равно находится в постоянном движении, а всю его толщу пронизывают кровеносные сосуды. Язык новорожденного ребенка расположен прямо на плоскости рта и напоминает лопатку.

Но, постепенно, в процессе сосания, глотания, крика, гуления, лепета мышцы языка начинают укрепляться.

Когда малышу вводят первый прикорм, пищу более густую, чем молоко, тогда ребенок начинает активно сглатывать, и постепенно образуется небно-глоточное кольцо. Язык ребенка уходит в полость рта и занимает там привычное для нас физиологическое положение: край языка находится за нижними зубами, а тело языка прижимается к небу. Благодаря этому, в речи ребенка появляются первые слова, и речь начинает активно развиваться.

**Язык, губы, зубы, гортань, голосовые связки** – создают наш артикуляционный аппарат, с помощью которого мы говорим.

Центр управления речью находится в коре головного мозга в центре Брока, а за восприятие речи на слух отвечает центр Вернике. Центр Брока также управляет всеми моторными процессами: общей, мелкой моторикой, и речью. Вот почему, если у ребенка сильно нарушена речь, то, как правило, страдает и координация движений, и имеются нарушения моторики пальцев рук.

Сегодня мы поговорим о тренировке мышц артикуляционного аппарата.

Для этого существует **артикуляционная гимнастика**.

Это комплекс упражнений по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата.

**Ее цель** - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

В процессе речи происходит постоянно быстрая смена движений языка, губ, гортани. Они доведены до автоматизма, поэтому мы не фиксируем их. У детей же эти движения находятся в стадии развития, формирования, поэтому и возникают речевые нарушения.

Хочу представить Вашему вниманию базовый комплекс артикуляционной гимнастики, который включает в себя статические и динамические упражнения.

**Статические упражнения** - органы артикуляции принимают определенное положение и фиксируют его под счет. Например: упражнение «Бегемотик» - широко открыть рот и поддержать под счет до 5.

**Динамические упражнения** подразумевают смену определенных положений губ, языка. Например: упражнение «Качели» - улыбнуться, широко открыть рот, поднимать широкий язык за верхние зубы и опускать за нижние.

Этот комплекс можно проводить с детьми разного возраста, со старшими и средними дошкольниками, и с малышами.

Важно помнить о том, что артикуляционная гимнастика является довольно-таки трудным видом деятельности, поэтому проводить ее лучше в форме игры, либо сопровождая каждое упражнение показом специальных картинок, чтением стихов.

На начальных этапах, педагог может выбрать несколько простых упражнений, разучить их с детьми, представив их в виде сказки, истории о Язычке, который живет в домике-ротике и о приключениях, которые с ним происходят.

Итак, базовый комплекс упражнений, необходимый нам, для формирования основных артикуляционных укладов для звуков с, з, ц, ш, ж, л, р.

### **Упражнения базового комплекса:**

#### **Для щёк:**

1. Надувание обеих щек одновременно.
2. Надувание правой и левой щек попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую).
3. Набрать воздух в щеки. Перекачивать воздух из одной щеки в другую.
4. Набрать воздух в щеки. Массировать щеки изнутри воздухом.
5. Сделать языком укол в одну щеку, в другую.
6. Помассировать языком щеки изнутри по кругу.

#### **Для губ:**

1. «Улыбка» – улыбнуться, держать улыбку под счет до пяти.

2. «*Заборчик*» – улыбнуться, поставить зубки друг на друга и ровно сомкнуть. Держать под счет до пяти.
3. «*Хоботок*» – сомкнуть губы, вытянуть их вперед и напрячь.
4. «*Трубочка*» – сложить губы трубочкой и вытянуть вперед.
5. «*Бублик*» – округлить губы, как при «о» и слегка выдвинуть вперед.
7. Чередовать упражнения «*улыбка-трубочка*».

#### Для языка:

1. «*Лопаточка*» – широкий язык положить на нижнюю губу, расслабить.
2. «*Иголочка*» - рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, напрячь и сделать узким.
3. «*Качели*» - Рот открыть. Губы в улыбке. Широкий язык поднять за верхние зубы, прикоснуться к бугоркам. Опустить за нижние зубы.
4. «*Часики*» – Открыть рот, улыбнуться. Узкий язычок перемещать из одного угла рта в другой, как маятник часов.
5. «*Почистим зубки*» - Губы в улыбке. Широким кончиком языка «почистить» верхние, а затем нижние зубы с внутренней стороны, делая движения языком влево-вправо.
6. «*Горочка*» – Рот открыть. Кончик языка упереть в нижние зубы, спинку поднять к верхним зубам. Язык напрячь.
7. «*Катание с горочки*» - язык в положении «горочка». Зубками «съезжаем» сверху-вниз по спинке языка.
8. «*Вкусное варенье*» - губы в улыбке, рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу сверху вниз, стараясь тянуться к носу, занести язык за верхние зубы.
9. «*Чашечка*» – губы в улыбке, рот открыт. Язык положить широкой лопаточкой на нижнюю губу, расслабить. Затем широкий край языка загнуть вверх в виде «чашечки» и занести в рот.
10. «*Лошадка*» - Присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Щёлкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку.
11. «*Грибок*» – Раскрыть рот, улыбнуться. Присосать широкий язык к нёбу. Натянуть подъязычную уздечку.

Мы познакомились с базовым комплексом артикуляционной гимнастики. А теперь я хочу вам показать, как можно провести ее в игровой форме, о чем говорилось ранее.

1. Наш Язычок живет в своем домике-ротике за заборчиком («*Заборчик*»)
2. Давайте заглянем к нему через окошечко (открываем ротик)
3. Язычок проснулся, посмотрел на часы («*Часики*»).
4. Встал и пошел чистить зубки. Сначала нижние, потом верхние.  
(«*Почистим зубки*»)

5. Почистил он зубки и побежал качаться на качелях. Качался вверх, вниз (показ 3 раза). («Качели»)
6. Потом решил покататься на горке («Горочка»).
7. Порвал Язычок на горке свои штанишки. Взял иголочку («Иголочка»). И стал зашивать (двигаем язычок иголкой вперед-назад). Зашил.
8. Устал и лег отдохнуть («Лопатка»). Давайте расслабим язычок (хлопаем по языку губами, говоря: пя-пя-пя).
9. Отдохнул и пошел пить чай вот из такой чашечки («Чашечка»).
10. Чай он пил с вареньем и было ему так вкусно, что он от удовольствия облизывал свою верхнюю губку («Вкусное варенье»).
11. Захотелось ему грибов, сел он на лошадку и поскакал в лес («Лошадка»)
12. Остановил лошадку ТПРРУУ и увидел грибочки
13. Вот такие! («Грибок»). Собрал Язычок грибочки и положил их в корзинку.
14. На лошадке вернулся домой и закрыл свой домик.

Я привела пример сказки, а педагог может придумать любую другую. Например, «привязать» артикуляционную гимнастику к изучаемой в саду лексической теме.

Если это весна, то язычок может стать широким, как лужа («лопатка») и узким как сосульки на крыше («иголка»), он может прыгать по лужам (щелкать язычком, высоко поднимая его). Губки можно сжимать в трубочку, изображая почки на деревьях.

Все, что подскажет фантазия.

Также, детям очень нравится самим показывать упражнения, выбирать тех, кто делает их правильно и красиво, в качестве ведущих. Дети также любят придумывать свои сказки о приключениях Язычка.

Все, это делает артикуляционную гимнастику разнообразной, интересной, неутомительной и стимулирует активность детей.

**Еще** одним важным условием правильной речи является длительная направленная воздушная струя.

Для ее формирования есть несколько эффективных упражнений.

Выработка воздушной струи может проводиться одновременно с артикуляционной гимнастикой. Важно вдох делать носом, а выдох ртом.

### Упражнения для воздушной струи.

1. «Сдуть снежинку». Положить на ладошку кусочек ватки, бумаги. Губы вытянуть трубочкой. Сильно подуть. Следить, чтобы щёки не надувались. Воздушная струя должна быть сильной, плавной, непрерывной.

2. «Шторм в стакане». Рот открыт. Губы в улыбке. Посередине языка кладётся соломинка для коктейля, конец которой опускается в стакан с водой. Подуть через соломинку, чтобы вода в стакане забурлила. Следить, чтобы щёки не надувались!
3. «Фокус». Положить на кончик носа кусочек ватки. Слегка вытянув губы, подуть вверх и сдуть ватку.
4. *Голосовые упражнения*. Поем гласные звуки: А, У, О, И.  
Обращаем внимание на то, что выдох делаем носом, плечи опущены, а выдох выполняем ртом – он длительный и непрерывный.  
Можно петь сочетания гласных: АУ, УА, ИА, АУИ.

### **Условия проведения артикуляционной гимнастики.**

- Дети выполняют упражнения совместно и под контролем взрослого.
- Выполнять комплекс упражнений ежедневно по 5-7 минут.
- Каждое упражнение выполняется 5-7 раз.
- Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого.
- Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.

### **Форма проведения**

- Игровая форма
- С помощью картинок, стихов.
- Под музыкальное сопровождение
- Для показа упражнений выбирается «профи» – ребенок, лучше всех делающий гимнастику.
- Презентации артикуляционной гимнастики.

### **Место и время проведения.**

- Проводить гимнастику можно и нужно утром, активизируя внимание детей и «запуская» головной мозг в работу.
- Перед обедом.
- После тихого часа.
- Место проведения: светлое, проветренное помещение.

Нужны ли зеркала каждому ребенку? Я считаю, что – нет.

Зеркала отвлекают внимание детей.

**Воспитатель** - зеркало для ребенка.

Дети, таким образом, научатся лучше чувствовать свой язык, губы и зубы.  
А также осознанно выполнять движения.

Регулярное проведение артикуляционной гимнастики в условиях детского сада, начиная с младших групп, будет способствовать укреплению мышц речевого аппарата, своевременному формированию правильного звукопроизношения свистящих, шипящих, сонорных звуков. А значит, значительному сокращению процента детей с нарушениями речи.

### **Литература**

Крупенчук Ольга Игоревна. Воробьева Татьяна Анатольевна.  
Логопедические упражнения. Артикуляционная гимнастика.  
Издательство «Литера», 2015 год.