**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»**

**Артикуляционная гимнастика для детей раннего возраста с речевыми нарушениями**

Подготовила:

учитель-дефектолог Рунова Н. И.

**Что такое артикуляционная гимнастика?**

Чтобы речь была разборчивой и четкой, необходимо укреплять органы речевого аппарата. С малых лет ребенок совершает множество манипуляций артикуляционным аппаратом, что способствует формированию речевого навыка. Иногда возникают сложности с произношением слов. Исправить их поможет артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений, участвующих в речевом процессе органов.

Она позволяет отрабатывать правильные положения языка, губ, мягкого нёба и мышц, которые задействованы при звукопроизношении. Связная речь – это единое смысловое и структурное целое, включающее связанные между собой и тематически объединенные, законченные отрезки. Специальные упражнения позволяют сформировать их согласованные и четкие действия.

**Для чего необходима артикуляционная гимнастика для детей?**

Выполнение артикуляционных упражнений полезно вне зависимости от возраста, т.к. четкая артикуляция – это неизменная составляющая хорошей дикции. Проведение таких занятий для детей с нарушениями звукопроизношения – это уже необходимость. Гимнастика подготавливает артикуляционный аппарат ребенка к правильной постановке звуков.

У многих детей дошкольного возраста встречаются недостатки произношения одного или нескольких звуков. Большинство из них имеют временный характер. Связано это с тем, что у детей в раннем возрасте недостаточно хорошо функционируют речевой и слуховой аппараты, что приводит к тому, что движения речевых органов недостаточно согласованы. Поэтому необходимо выполнять упражнения для развития их подвижности и формирования навыков владения ими.

*Гимнастика состоит из:*

* Статических упражнений. Они направлены на удержание губ, языка и щек в правильном положении. Помогают укрепить мышцы артикуляционного аппарата.
* Динамических упражнений. Они развивают гибкость, подвижность и другие навыки, необходимые для чёткой речи. Результат достигается при помощи регулярных занятий, подразумевающих многократные повторения отдельных положений.

*Основные цели гимнастики артикуляционных органов:*

* выработка определенного положения щек, губ и языка, которое необходимо для четкого произношения конкретного звука (или группы звуков);
* тренировка мышц речевых органов, которые не имеют нужного тонуса;
* формирование навыков быстрого изменения положения губ, щек и языка.

**Комплекс упражнений для языка**

Комплекс артикуляционной гимнастики отличается спецификой проводимых упражнений, которые зависят от возраста ребенка.

Дети в раннем возрасте плохо концентрируются на какой-то задаче длительный период времени. Они быстро теряют интерес, утомляются, поэтому в комплекс нужно включать по 2-3 динамических и статических упражнения.

Используются следующие **динамические упражнения** для языка:

**«Змейка»**. Ребенок должен высунуть язык вперед максимально дальше. При этом нужно сделать его узким, чтобы он стал похож на маленькую «змейку».



**«Часы»**. Предполагает имитацию часового маятника. Нужно приоткрыть рот, затем кончиком языка касаться то левого, то правого уголка.



**«Качели»**. Занятие напоминает предыдущее, но направление движений меняется – напряженный язык нужно поднимать и опускать вниз, имитируя качели.



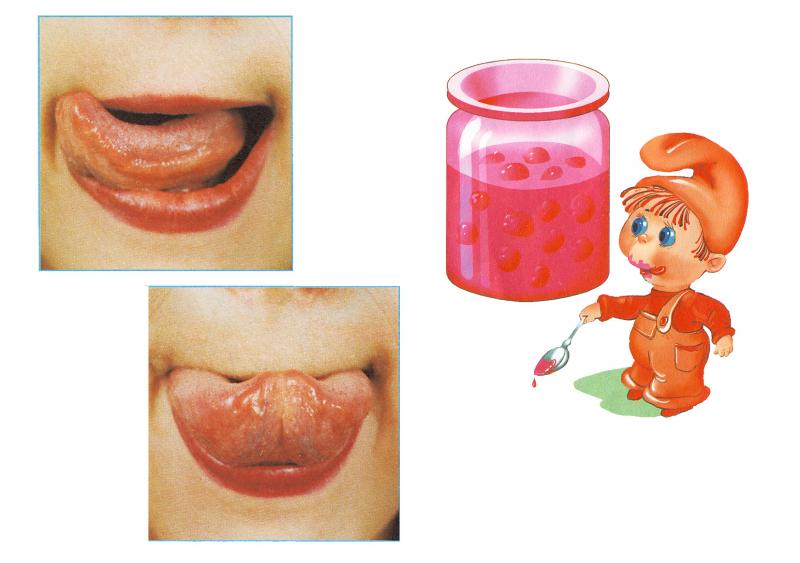
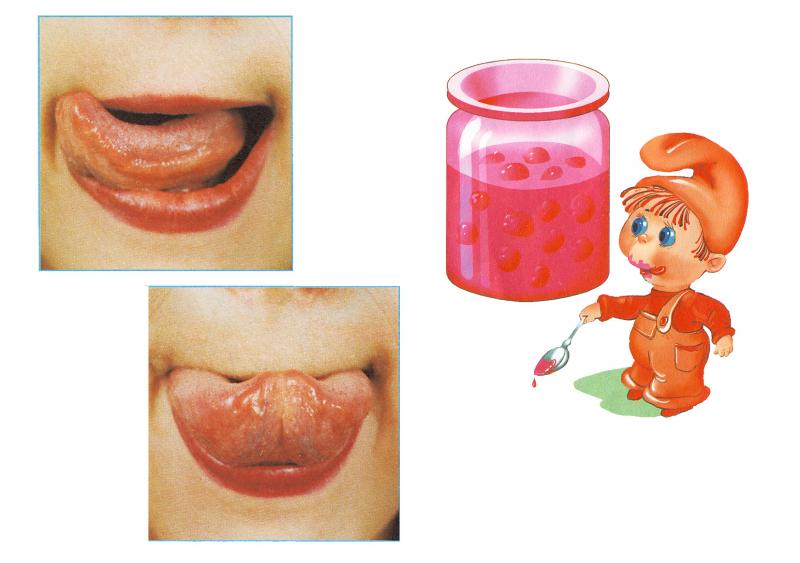
**«Катушка»**. Нужно открыть рот, кончик языка упереть в нижние резцы. Боковые края прижимаются к верхним коренным зубам. Широкий язык выдвигать вперед, затем убирать вглубь рта.



**«Лошадка»**. Язык присасывается к нёбу. Далее нужно цокать им сильно и медленно.

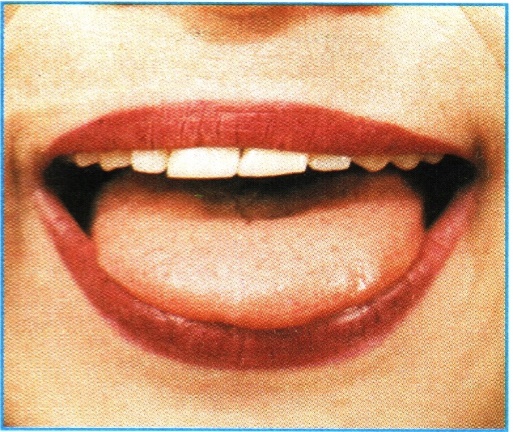


**«Варенье»**. Нужно поочередно облизывать языком верхнюю и нижнюю губу.



**Статические упражнения:**

**«Бегемот»**. Нужно расслабить язык, уложив его на нижнюю губу. Необходимо попеременно открывать и закрывать рот, при этом язык должен находиться в одном и том же положении.



**«Птенец»**. Нужно широко открыть рот, при этом язык должен быть расслаблен.



**«Грибочек»**. Открыть рот, после чего присосать язык к верхнему нёбу.



**Комплекс упражнений для губ**

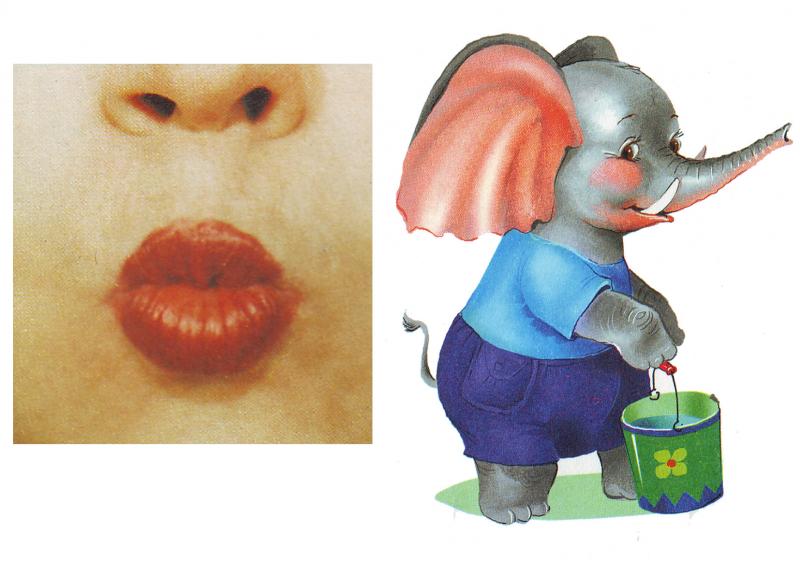
**«Улыбка»**. Нужно растянуть губы в улыбке, при этом не обнажая зубы.



**«Бублик»**. Губы округлены, немного вытянуты вперед. Через образовавшийся «бублик» должно быть хорошо видно сомкнутые зубы.



**«Трубочка»**. Губы нужно вытянуть вперед в форме трубочки. Есть похожее занятие «Пятачок», которое также подразумевает вытягивание губ трубочкой, но здесь уже нужно вращать ими по кругу.



**Упражнения для развития мышц щек**

**«Сытый хомячок»**. Нужно набрать полный рот воздуха. Далее надуваются щеки и удерживаются в таком положении. Можно надувать поочередно левую и правую щеку.



**«Голодный хомячок»**. Щеки втягиваются внутрь. На первых занятиях можно помогать ребенку руками.



**«Шарик»**. Щеки надуваются, потом нужно слегка ударить по ним кулачками.

**Упражнения для мышц мягкого нёба и глотки**

**«Зёвушка»**. Упражнение представляет собой обычное позевывание, при этом нужно шумно втягивать воздух.

**«Полоскание»**. Нужно запрокинуть голову назад и имитировать полоскание горла.

**Резкое отрывистое произношение звуков**: «а-а-а», «э-э-э»

**Основные рекомендации родителям**

При выполнении артикуляционной гимнастики нужно соблюдать ряд рекомендаций, которые помогут повысить эффективность проводимых занятий:

* Занятия должны быть регулярными, чтобы необходимые навыки формировались и закреплялись быстрее. Лучше всего проводить артикуляционную гимнастику ежедневно спустя 1-2 часа после приема пищи.
* Занятия для детей лучше проводить в игровой форме. В раннем возрасте ребенок не осознает важность гимнастики, поэтому нужно его заинтересовать этим процессом. Можно распечатать красочные картинки, которые сделают занятия еще интереснее.
* Нужно проводить артикуляционную гимнастику не более 10 минут. При этом не нужно стараться выполнять много упражнений – на первых порах достаточно 2-3 за одно занятие.
* Каждое упражнение нужно повторять не менее 5 раз. При этом нужно следить за качеством – если оно ухудшилось, то вполне вероятно, что ребенок устал.
* При проведении статических упражнений нужно соблюдать определенную продолжительность одной артикуляционной позы – порядка 7-10 секунд.
* Ребенок не видит своего лица, поэтому занятия лучше проводить перед большим зеркалом.
* Занятия предполагают, что взрослый сначала сам показывает, как выполнять то или иное упражнение. Далее он контролирует выполнение со стороны малыша.
* Если малыш не справляется с упражнением, то ему нужно помогать. Движения можно корректировать с помощью ложки, деревянной палочки или другого чистого предмета.
* Работу нужно строить от простого к сложному, чтобы у ребенка постепенно формировались навыки.
* Помните о том, что дети в раннем возрасте очень нуждаются в поощрении. Не стесняйтесь выражать свои эмоции, хвалить ребенка за правильное выполнение занятий.

Постоянные тренировки помогут укрепить органы речевого аппарата в любом возрасте. Артикуляционную гимнастику с детьми лучше начинать проводить в раннем возрасте. Занятия позволяют сделать речь четкой, чистой и ритмичной.

Важны не только занятия с логопедом, но и самостоятельная работа родителей с ребенком. Необходимо помнить о том, что для малыша это, прежде всего, игра, а придание этой игре коррекционного смысла – это задача родителей. Поэтому важно соблюдать все рекомендации специалиста, касающиеся периодичности и специфики артикуляционной гимнастики.