

## Зарядка для язычка.



Невнятная речь и нечеткое произношение звуков доставляют ребенку немало огорчений; малыш не получает радости от общения, он не может применить разговорные навыки для удовлетворения своих нужд, так как окружающие его не понимают.

Нечеткое произношение не только мешает общению, но и приводит к тому, что малыш вообще плохо отличает один

звук от другого. В результате у него не вырабатывается фонематический слух, а в школе могут возникнуть серьезные проблемы с чтением и письмом. Такой ребенок плохо справляется со звуковым анализом слов, путает буквы, пишет так, как говорит. Но в первом классе бить тревогу уже поздно, ведь основы фонематического слуха должны закладываться в раннем детстве. У детей пяти-шести лет с нормальным слухом и сохранным интеллектом невнятная речь и нечеткое произношение могут быть обусловлены следующими причинами: отсутствием правильного образца для подражания (речь окружающих детей или взрослых является дефектной или в общении преобладает сюсюканье). Недостаточным развитием фонематического слуха (ребенок не различает на слух похожие звуки). Наличием нарушений в строении речевых органов (губ, зубов, челюсти, языка, мягкого и твердого неба). Недостаточной подвижностью органов артикуляции (нижней челюсти, губ и языка).

### Красивая речь.

Внятная разборчивая речь ребенка заслуга семейного воспитания. Недостаточное внимание к речи малыша со стороны родителей и близких является одной из главных причин закрепления невнятного, нечеткого, а порой дефектного произношения звуков. Именно поэтому необходимо, чтобы на ранних этапах развития малыша родители уделяли самое пристальное внимание формированию и воспитанию правильной красивой речи. В этот период от взрослых требуется совсем немного: следить за произношением ребенка и более требовательно относиться к своему собственному произношению. Говорить с малышом нужно неторопливо, слова произносить четко. Ни в коем случае нельзя подражать неправильному произношению ребенка, а также сюсюкать с ним. В противном случае у него не будет развиваться слуховой контроль-способность отличать правильное произношения от неправильного, а нормальное речевое развитие будет задерживаться, и эта задержка даст о себе знать уже в первом классе при обучении грамоте. Но просто поправлять кроху недостаточно.

### **Артикуляционный аппарат.**

Речевой аппарат очень сложная структура, центр которой находится в головном мозге. Чтобы малыш правильно произносил звуки, чтобы речь его была разборчивой и понятной окружающим, необходимо, чтобы артикуляционный аппарат был достаточно подвижен и мог быстро понимать определенное положение - артикуляционную позу.

При образовании звуков речи каждый орган артикуляционного аппарата (язык, губы и нижняя челюсть) принимает определенное положение. Здесь важным моментом является способность удерживать артикуляционную позу.

Трехлетний малыш уже может правильно и четко произносить гласные звуки а, о, и, у и согласные м, п, б, т, д, н, в, ф, к, г, х, й.

После четырех лет мышцы речевого аппарата укрепляются, улучшается подвижность языка, губ и нижней челюсти, движения органов артикуляции становятся более координированными.

Звуки в слове произносятся не в отдельности, а один за другим, поэтому органы артикуляции должны обладать способностью быстро и плавно менять свое положение. Это является важной предпосылкой становления четкой, разборчивой речи и успешного обучения грамоте.

Артикуляционную гимнастику можно выполнять по дороге в детский сад, во время прогулки, в машине и т.д. Главное, чтобы малышу было весело и интересно.

Упражнения можно делать на счет, с хлопками, под музыку.

### **Базовые упражнения**

Артикуляционная гимнастика выполняется сидя или стоя перед зеркалом. Темп выполнения и количество упражнений постепенно увеличиваются.

Важно, чтобы переход от одного упражнения к другому был плавным. Начинать с базовых упражнений:

#### **-«Улыбка»**

Улыбнуться без напряжения, так чтобы обнажились передние верхние и нижние зубы, про себя произнести звук «и». Удерживать на счет от 1 до 5. В дальнейшем счет можно увеличить до 10

#### **-«Трубочка»**

Сомкнутые губы вытянуть вперед трубочкой, удерживать на счет от 1 до 5. В дальнейшем счет можно увеличить до 10 .

Эти упражнения необходимо чередовать.

#### **-«Силач»**

Предложите ребенку напряженным кончиком языка прижать к верхней губе ватную палочку. Важно сохранять эту позицию не менее 5 секунд и при последующих попытках тянуться языком ближе к носу. А если вашему малышу удастся удерживать в таком положении предметы по тяжелее, например счетную палочку или карандаш, тогда он, настоящий силач! Данное

упражнение помогает освоить артикуляцию звука Л, когда напряженный кончик языка прижимается к основанию верхних зубов.

#### **Упражнения для нижней челюсти.**

Держать рот широко раскрытым на счет от 1 до 5. В более старшем возрасте счет можно продолжить до 10.

Жевательные движения с сомкнутыми губами.

Легкое постукивание зубами, губы при этом разомкнуты.

«Заборчик». Верхняя челюсть стоит на нижней. Губы растянuty в улыбке.

#### **Упражнения для языка.**

Рот широко раскрыт, губы растянuty в улыбке, нижняя челюсть неподвижна.

«Болтушка»: движения языком вперед-назад.

«Часики»: движения языком вправо-влево.

«Качели»: движения языком вверх-вниз.

«Лопатка»: широкий, расслабленный язык лежит на нижней губе. «Иголочка»: язык узкий, напряженный. Чередование вышеописанных «Лопатки» и «Иголки».

В процессе таких игр у ребенка постепенно вырабатывается четкая координация движений артикуляционного аппарата. Движения языка и губ становятся более точными. Постоянная тренировка мышц речевого аппарата положительные изменения в нервной и мышечной системах, определяющих развитие речи.

#### **Дыхательные упражнения.**

Очень важно научить малыша правильному дыханию, так как оно является энергетической основой нашей речи. Некоторые согласные требуют энергичного сильного выхода. Детям следует предлагать те упражнения, которые они будут воспринимать как игру.

«Хомячок»: Пошмыгать носом (рот закрыт).

«Собачке жарко»: часто подышать с высунутым языком.

При выполнении этих упражнений надо чувствовать движения стенки живота.

«Шарик»: вдох носом, живот при этом выпячивается вперед (надуть животик), выдох ртом (живот выбираем в себя). Это так называемое нижнедиафрагмальное дыхание, которое является самым экономичным и физиологически правильным. Плечи при вдохе не поднимать!

Благодаря этим играм упражнениям малыш научится глубже, делать удлиненный целенаправленный выдох. Такая дыхательная гимнастика способствует формированию правильного произношения и выработке четкости речи.

Для закрепления навыков работы органов артикуляции, правильного и четкого произношения звуков, слов можно использовать в игре чистоговорки, скороговорки, потешки, считалки, коротенькие стишки и загадки.

### **Общие рекомендации.**

Выполняйте упражнения ежедневно, продолжительностью занятий от 10 до 15 минут.

Двигайтесь от простых упражнений к более сложным упражнениям.

Имейте в виду, что на первых порах органы артикуляционного аппарата нередко бывают, напряжены, но эта скованность движений постепенно исчезает.

Следите, чтобы каждое движение выполнялось симметрично по отношению к правой и левой сторонам лица.

За раз выполняйте от 3 до 5 упражнений, при этом новое упражнение может быть только одно, а другие вы просто повторяете. Занятия проводите эмоционально, в игровой форме.

Предложенные игры и упражнения благотворно влияют на качество детской речи, способствуют заметному улучшению произношения. Речь ребенка становится отчетливой, разборчивой и понятной не только маме и близкому окружению, но и посторонним тетям и дядям, что приводит малыша в восторг: он начинает гордиться собой, своими успехами, у него исчезают проблемы с общением.

Всего 10-15 минут в день, посвященных артикуляционной гимнастике и вы научите малыша отличать правильное произношение от неправильного, контролировать собственное произношение, различать звуки на слух и правильно воспроизводить их. Таким образом, многие школьные проблемы будут решены еще до поступления в первый класс.

**Удачи!**

