

Артикуляційні вправи корисні та цікаві

Завдяки добрій рухливості та диференційованій роботі органів артикуляційного апарату ми правильно вимовляємо різні звуки як ізольовано, так і в мовленнєвому потоці. Точність, сила й диференціація рухів цих органів розвиваються в людини поступово, у процесі мовленнєвої діяльності. Найпоширенішими порушеннями мовлення в дітей є дефекти вимови звуків, тому потрібно приділяти найбільшу увагу саме цій проблемі. Робота з профілактики й корекції вимовляння звуків потребує вчасного втручання, наполегливості, терпіння. Одним із видів цієї роботи і є артикуляційна гімнастика.

Мета артикуляційної гімнастики — виробити повноцінні рухи артикуляційного апарату, щоб його органи набували тих положень, які потрібні для правильного вимовляння звуків і об'єднання простих рухів у складні.

Система артикуляційної гімнастики містить два види вправ: **статичні і динамічні**. Цілеспрямовані спеціальні вправи готують артикуляційний апарат дитини до правильного вимовляння потрібних звуків.

Заняття з малюком слід проводити в ігровій формі щодня або через день, щоб уже сформовані навички закріплювались, удосконалювались.

Перед початком гри дорослий добирає 5—10 малюнків, потрібних для поставлення певного звука або групи звуків (починати варто з найпростіших статичних вправ).

Вимоги до проведення артикуляційних вправ:

1. Слід відпрацьовувати вміння набувати заданої артикуляційної пози, утримувати її, поступово переходити з однієї пози до іншої.
2. Система вправ із розвитку артикуляційної моторики має містити як статичні вправи, так і вправи, спрямовані на розвиток динамічної координації рухів органів артикуляційного апарату.
3. Украй потрібними є вправи з об'єднування рухів язика й губ, оскільки в ході вимовляння звуків ці органи діють разом.
4. Заняття мають бути нетривалими, щоб дитина не втомлювалась, але їх треба проводити кілька разів на день. У перервах можна запропонувати дитині погратися в рухливу гру або ж помалювати, почитати.
5. На початковому етапі слід акцентувати увагу дитини на положенні органів артикуляційного апарату, використовуючи при цьому дзеркало. Далі треба поступово переходити до відпрацьовування заданих артикуляційних поз без застосування відображення, з орієнтацією вже на власні відчуття й запропонований малюнок.
6. Під час опановування дій, потрібних для поставлення того чи іншого звука, слід відпрацьовувати й ті рухи, що є обов'язковими для інших звуків.

Така робота дозволяє підготувати артикуляційні органи малюка до точного відтворення раніше відсутнього в його мовленні або спотвореного звука та опанування правильної артикуляції, а також скоригувати вимову вже засвоєних звуків.

СТАТИЧНІ ІГРИ – ВПРАВИ

1. **«Лопатка»** готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Л], [С], [З], [Ц], [Р], [Ш], [Ж].

Мета: відпрацьовувати вміння втримувати язик широким, спокійним, розпластаним, розслабивши його м'язи.

Зміст: усміхнутися, висунути широкий язик, розпластати його на нижній губі, утримуючи в цьому положенні 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Не розтягувати сильно губ, щоб не було напруження.
2. Стежити, щоб не заверталася нижня губа.
3. Не висувати язик далеко: він має лише накривати нижню губу.

4. Бічні краї язика торкаються куточків рота.

5. Якщо ця вправа не виходить, виконувати вправу «Млинці».

2. «Грибок» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Р], [Ш], [Ж], [Ч].

Мета: відпрацьовувати вміння втримувати язик біля верхнього піднебіння, розтягуючи під'язикову вуздечку.

Зміст: усміхнутися, трохи відкрити рот і присмоктати широкий язик до піднебіння, потім відкрити рот широко. (Язик нагадуватиме тонку шапку гриба, а розтягнена під'язикова зв'язка — його ніжку.) Утримувати 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Стежити, щоб бічні краї язика були притиснуті рівномірно, жодний із них не опускався.
2. Під час повторення вправи намагатися відкривати рот ширше.

3. «Гірка» готує артикуляційний апарат до поставлення звука [Л].

Мета: відпрацьовувати піднімання спинки язика.

Зміст: трохи відкрити рот і зробити спинкою язика гірку. Утримувати 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

стежити, щоб кінчик язика був опущений і розташовувався в глибині рота, а його спинка була піднята до піднебіння.

4. **«Чашка»** готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Р], [Ч], [Ш], [Ж].

Мета: зміцнювати м'язи бічних країв язика, відпрацьовувати його піднімання.

Зміст: широко відкрити рот. Широким язиком потягтися до верхніх зубів, але не торкатися їх. Дитині можна сказати: «Уяви, що я налила у твою чашку воду, а ти мусиш її тримати, не виливаючи». Утримувати язик у такому положенні 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Рот має бути широко відкритим.
2. Стежити, щоб працював тільки язик, а губи йому не допомагали, не торкалися язика — вони повинні бути нерухомими.
3. Бічні краї язика мають підніматися рівномірно — жодний із них не повинен опускатися.

5. «Трубочка» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [С], [З], [Ц].

Мета: відпрацьовувати вміння утворювати щілину між бічними краями язика.

Зміст: відкрити рот, висунути широкий язик. Підняти бічні краї язика, зробити «трубочку», дмухнути в неї. Виконати вправу 8—10 разів.

Методичні рекомендації:

1. Щоб полегшити виконання вправи, можна запропонувати малюкові висунути розпластаний язик між зубами, після чого округлити губи.
2. Якщо в дитини не виходить цей рух, використати механічну допомогу: шпателем або маленькою ложечкою натиснути на основу язика (уздовж середньої лінії) і запропонувати малюкові округлити губи.

6. «Голка» формує в дитини кінестетичне відчуття напруження.

Мета: відпрацьовувати вміння втримувати язик напруженим.

Зміст: відкрити рот, вузький язик висунути далеко вперед, утримувати 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Рот широко відкритий.
2. Стежити, щоб кінчик язика не відхилявся вбік.
3. Не завертати нижню губу.
4. Якщо в малюка не виходить утримувати язик вузьким і напруженим, виконувати вправу «Годинник».

7. «Паркан» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Л], [С], [З], [Ц], [І], [И].

Мета: зміцнювати м'язи губ, закріплювати зоровий контроль за їхнім положенням.

Зміст: зуби зімкнені. Розтягти губи в усмішці, показуючи зуби. Утримувати 10—15 секунд.

Методичні рекомендації: стежити, щоб рот не відкривався.

8. «Хобот» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [У], [Ш], [Ж], [Ч].

Мета: зміцнювати м'язи губ.

Зміст: рот закритий, губи зімкнені. Витягнути губи вперед, утримувати в цьому положенні 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

звертати увагу дитини на напруження висунутих уперед губ.

9. «Сопілка» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [У], [Ш], [Ж], [Ч].

Мета: зміцнювати м'язи губ, закріплювати зоровий контроль за їхнім положенням.

Зміст: зуби зімкнені. Витягнути губи вперед, утворивши посередині отвір.

Утримувати 10—15 секунд.

Методичні рекомендації: стежити, щоб рот не відкривався.

10. «Усмішка» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [С], [З], [Ц].

Мета: зміцнювати м'язи губ, закріплювати зоровий контроль за їхнім положенням.

Зміст: зуби зімкнені. Розтягувати губи в усмішці, не показуючи зубів.

Утримувати 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

стежити, щоб рот не відкривався.

ДИНАМІЧНІ ІГРИ - ВПРАВИ

1. **«Млинці»** готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Л], [С], [З], [Ц], [Ч], [Ш], [Ж].

Мета: відпрацьовувати вміння втримувати язик широким, спокійним, розслабивши його м'язи.

Зміст: трохи відкрити рот, спокійно покласти язик на нижню губу і, поплескуючи по ньому губами, вимовляти склади ПЕ-ПЕ-ПЕ...

Виконувати протягом 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Стежити, щоб не заверталася нижня губа.
2. Язик широкий, його краї торкаються куточків рота.
3. Поплескувати язик губами треба кілька разів на одному видиху. Стежити, щоб дитина, повторюючи склади, не затримувала дихання. Проконтролювати виконання можна таким чином: піднести ватку до рота малюка — якщо він правильно робить вправу, ватка відхилитиметься. Водночас ця вправа дозволяє відпрацьовувати спрямований видих.

2. **«Щітка»** готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [С], [З], [Ц], [Р].

Мета: розвивати рухливість м'язів язика, навчати дитину втримувати кінчик язика за зубами.

Зміст: рот відкритий, губи розтягнені в усмішці, видно зуби. Кінчиком язика «чистимо» верхні та нижні зуби зсередини, роблячи рухи язиком то в один бік, то в другий (10—15 секунд).

Методичні рекомендації:

1. Губи розтягнені в усмішці, не рухаються.
2. Коли кінчик язика, рухається з одного боку в другий, стежити, щоб він перебував біля ясен, а не ковзав по верхньому краю зубів.

3. **«Віник»** готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [С], [З], [Ц].

Мета: розвивати рухливість м'язів язика, формувати кінестетичні відчуття.

Зміст: рот відкритий, губи розтягнені в усмішці, видно зуби. «Замітаємо» кінчиком язика за нижніми зубами, роблячи рухи язиком знизу вгору (10—15 секунд).

Методичні рекомендації:

1. Губи розтягнені в усмішці, не рухаються.
2. Стежити, щоб під час виконання вправи кінчик язика був широким і починав рух від коренів нижніх зубів. Акцентувати увагу на тому, що кінчик язика ніби «викидає сміття», коли наближається до верхнього краю зубів.

4. «Смачне варення» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Л], [Р], [Ч], [Ш], [Ж].

Мета: розвивати рухливість м'язів язика, відпрацьовувати рух угору широкої передньої частини язика.

Зміст: запропонувати дитині уявити, що вона їла варення: «Воно дуже смачне! У тебе замазалася верхня губа, злижи язиком варення з верхньої губи. Отак». Передній край широкого язика рухається по верхній губі згори вниз, але не з одного боку в другий (10 разів).

Методичні рекомендації:

1. Стежити, щоб працював лише язик, а нижня щелепа не «допомагала», не «підсаджувала» язик угору — вона має бути нерухомою (можна притримувати її пальцем).
2. Язик повинен бути широким, його бічні краї торкаються куточків рота.
3. Якщо вправа не виходить, слід повернутися до вправи «Млинці». Тільки-но язик стане розпластаним, потрібно шпателем або маленькою ложечкою підняти його вгору й завернути на верхню губу.

5. «Годинник» формує в дитини кінестетичне відчуття напруження.

Мета: активізувати м'язи язика.

Зміст: малюкові кажуть: «Послухай, як цокає годинник. Подивися, як ходить його маятник. Пограймося в годинник, а маятником буде твій язичок». Рухи повторюють 10 разів.

Методичні рекомендації:

1. Рот відкритий, губи всміхаються.
2. Стежити, щоб язик рухався вільно — не ковзав по краю зубів.
3. Тягнутися язиком по черзі то до правого вуха, то до лівого.
4. Дитина має рухати язиком вільно, дорослий задає темп, рахуючи.

6. «Гармошка» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Р], [Ч], [Ш], [Ж].

Мета: зміцнювати м'язи язика, поліпшувати їхню рухливість, розтягувати під'язикову вузdechку.

Зміст: усміхнутися, трохи відкрити рот і присмоктати широкий язик до піднебіння (як під час виконання вправи «Грибок»). Далі, не опускаючи язика, закривати й відкривати рот (як розтягуються міхи гармошки, так розтягується й під'язикова вузdechка). Виконувати протягом 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Під час виконання вправи губи не рухаються.
2. Стежити, щоб бічні краї язика були притиснені рівномірно: жодний із них не повинен опускатися.
3. Під час повторення вправи намагатися відкривати рот ширше.

7. «Гойдалка» готує артикуляційний апарат до поставлення звука [Л].

Мета: відпрацьовувати вміння швидко змінювати положення язика.

Зміст: трохи відкрити рот, покласти широкий язик за нижні зуби (зсередини) й утримувати його в такому положенні протягом 5 секунд (ведучий голосно рахує від 1 до 5). Потім підняти широкий язик за верхні зуби (так само зсередини) й утримувати його там протягом 5 секунд. Так по черзі змінювати положення язика 6—10 разів.

Методичні рекомендації:

стежити, щоб працював тільки язык, а нижня щелепа й губи залишалися нерухомими.

8. «Конячка» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Л], [Р].

Мета: активізувати м'язи кінчика языка та зміцнювати їх, відпрацьовувати піднімання языка.

Зміст: дитині пропонують: «Покажімо языком, як цокають копита конячки». Дорослий демонструє, як язык присмоктується до піднебіння, потім відривається від нього, при цьому виходить звук, схожий на цокання копит. Стежити, щоб кінчик языка рухався безпосередньо вгору, не відхиляючись, і цокав за верхніми зубами (10 разів).

Методичні рекомендації:

1. Спочатку вправу виконують у повільному темпі, який потім прискорюється.
2. Нижня щелепа не повинна рухатися — працює тільки язык.
3. Стежити, щоб кінчик языка не завертався.

9. «Фарба» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Р], [Ч], [Ш], [Ж].

Мета: відпрацьовувати рухи языка вгору, поліпшувати його рухливість.

Зміст: трохи відкрити рот і «погладити» кінчиком языка тверде піднебіння, рухаючи язык уперед-назад.

Методичні рекомендації:

1. Губи й нижня щелепа мають бути нерухомими.
2. Стежити, щоб кінчик языка сягав внутрішньої поверхні верхніх зубів під час руху вперед і не виходив за межі рота.

10. «Барабан» готує артикуляційний апарат до поставлення звука [Р].

Мета: зміцнювати м'язи кінчика языка, відпрацьовувати піднімання языка й уміння напружувати його кінчик.

Зміст: відкрити рот, поставити широкий язык за верхні зуби, багато разів чітко вимовити звук [Д]: Д-Д-Д..., постукуючи кінчиком языка по верхніх альвеолах (горбках за верхніми зубами).

Методичні рекомендації:

1. Рот має бути весь час відкритий, губи всміхаються, нижня щелепа не рухається, працює тільки язык.
2. Стежити, щоб звук [Д] мав характер чіткого удару, кінчик языка не завертався.
3. Якщо вправа не виходить, потрібно повернутися до вправи «Чашка».
4. Звук [Д] треба вимовляти так, щоб відчувався струмінь видихуваного повітря. Для перевірки можна піднести до рота смужку паперу — у разі правильного виконання вправи вона відхилитиметься.

11. «Змія» формує в дитини кінестетичне відчуття напруження.

Мета: зміцнювати м'язи языка.

Зміст: широко відкрити рот, висовувати вузький язык і потім ховати його назад.

Повторювати протягом 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Стежити, щоб рот не закривався.
2. Вузький язык має висовуватися далеко вперед.
3. Якщо виконати вправу не вдається, повернутися до вправи «Голка».

12. «Кішка» готує артикуляційний апарат до поставлення звуків [Л], [Р], [Ч], [Ш], [Ж].

Мета: розвивати рухливість м'язів языка, відпрацьовувати рух широкої передньої частини языка вгору.

Зміст: запропонувати дитині уявити, що вона перетворилася на кошеня й хоче попити молока з тарілочки (умовну тарілку можна зробити з долоньки). Висунути широкий язык «чашечкою» і, завертаючи його бічні краї вгору, «набрати» молоко в рот. Виконувати 10—15 разів.

Методичні рекомендації:

1. Рот має бути відкритим і не закриватися.
2. Стежити, щоб працював лише язик, а нижня щелепа не допомагала, не «підсаджувала» язик угору — вона повинна бути нерухомою (можна притримувати її пальцем).
3. Язик має бути широким, а його бічні краї — піднятими (нагадувати чашку).

13. «Цукерка» формує в дитини кінестетичне відчуття напруження.

Мета: відпрацьовувати відчуття напруження язика.

Зміст: у закритому роті напружений язик натискає то на одну щоку, то на другу.

Виконувати протягом 10—15 секунд.

Методичні рекомендації:

1. Губи мають бути з'єднаними.
2. Прикласти долоньку малюка до щоки, щоб він міг перевірити ступінь напруження язика.