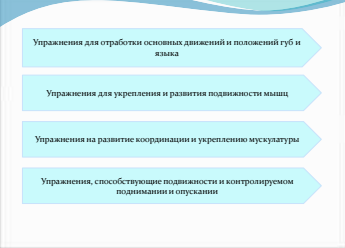

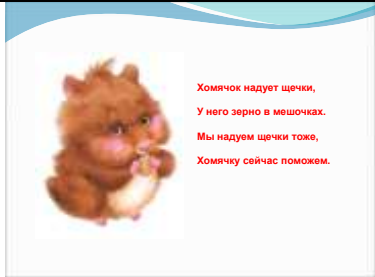
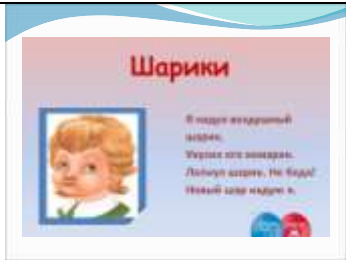
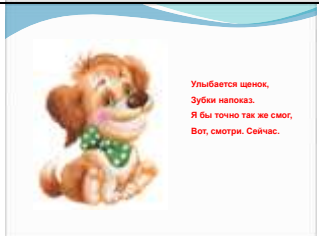




Артикуляционная гимнастика как здоровьесберегающая технология в дошкольной группе

Мухетдинова Г.В.,
воспитатель МБОУ «Малоатлымская СОШ»

 <p>«Артикуляционная гимнастика – один из видов здоровьесберегающих технологий»</p>	<p>Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляционно-мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни.</p>
<p>Регулярное выполнение поможет:</p> <ul style="list-style-type: none">•Улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);•Улучшить подвижность артикуляционных органов;•Укрепить мышечную систему языка, губ, щёк.•Уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.	<p>Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, нёбо.</p> <p>Артикуляционная гимнастика – это специальные упражнения для тренировки органов, участвующих в образовании звуков речи: языка, губ, щек, нижней челюсти.</p>
	<p>Эти упражнения подбираются, исходя из правильной артикуляции звука, поэтому их лучше объединять в комплексы. Каждый комплекс готовит определённые движения и положения губ, языка, вырабатывает правильную воздушную струю, то есть всё то, что необходимо для правильного образования звука. Артикуляционную гимнастику следует всегда начинать с отработки основных движений и положений губ, языка, необходимых для четкого, правильного произношения всех звуков.</p>
	<p>Чтобы занятия принесли пользу, надо проводить их по определенным правилам:</p> <ul style="list-style-type: none">• артикуляционную гимнастику надо делать ежедневно;• лучше всего заниматься артикуляционной гимнастикой 2 раза в день по 5-7 минут, чтобы ребенок не устал и не утратил интерес;• превращать занятия в увлекательную игру;• за одно занятие проделывать не больше 5 упражнений, из них новыми могут быть только одно-два;• выполнять упражнения на счет, чтобы выработать четкость их исполнения;

	<ul style="list-style-type: none"> • делать упражнения надо перед большим или ручным зеркалом: ребенок должен контролировать правильность выполнения того или иного движения.
	<p>Так как у нас нет логопеда, то выполнять эту работу можно и педагогам. Целесообразно включать артикуляционные упражнения в занятия НОД или режимные моменты.</p> <p>Давайте и мы с вами попробуем выполнить несколько таких упражнений. Лариса Николаевна будет мне помогать и исполнять роль ребенка, который выполняет упражнения. А я буду объяснять.</p>
	<p>1. Хомячок.</p> <p>Изобразите сытого хомячка, у которого полный рот зернышек: для этого надо набрать полный рот воздуха, надуть обе щеки и удерживать их в таком положении пока я считаю до 5.</p> <p>Теперь надуваем щеки поочередно. Я продолжаю счет.</p> <p>А вот хомячок оголодал и сильно похудел. Что с ним случилось? Правильно – щеки втянулись внутрь. Ребенку на первых порах можно помочь руками.</p>
	<p>2. А как лопается шарик? Чтобы получился звук лопнувшего шарика, надо плотно закрыть губы, зубы должны быть разомкнуты, надуть щеки и... хлопнуть по ним кулачками. Воздух выйдет с силой и шумом.</p>
	<p>3. И последнее упражнение - потренировать улыбку, но не простую, а особую. Растяните в улыбке губы и удерживайте такое положение 5-10 секунд. Я считаю до 10.</p>
	<p>Собачка устала и дышит устало. И даже за кошкою бегать не стала. Широкий язык отдохнет, полежит, И снова собачка за кошкою бежит.</p> <p>Это, казалось бы, простое упражнение вызывает большие трудности у ребят. Они не</p>

<p>Регулярное выполнение поможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость); •Улучшить подвижность артикуляционных органов; •Укрепить мышечную систему языка, губ, щёк. •Уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов. 	<p>могут положить язык спокойно и подержать его несколько секунд.</p> <p>Заметили, что ваши мышцы устали? Вот так и для детей подобные занятия – большая и сложная работа. Если вы превратите их в увлекательную игру, ребенок даже не заметит, как пролетит время и с охотой выполнит все ваши указания.</p>
<p>Регулярное выполнение поможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость); •Улучшить подвижность артикуляционных органов; •Укрепить мышечную систему языка, губ, щёк. •Уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов. 	<p>С возрастом упражнения усложняются, повторять их надо уже 6-8 раз, увеличивается и темп гимнастики.</p> <p>Более старшим детям можно предложить такие упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Завернуть язык навверх, словно он сворачивает блин, и прижать его верхними зубами; 2. Приоткрыть рот и побарабанить языком по верхним зубам; 3. Беззвучно, протяжно, на выдохе произносить гласные звуки; 4. Произнести на одном выдохе слитно и протяжно сразу несколько гласных звуков; 5. Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки; 6. С запрокинутой головой изобразить, как надо полоскать горло; 7. Надувать щеки, зажав при этом нос; 8. Надувать воздушные шарики и спасательные круги, пускать мыльные пузыри.
 <p>«Артикуляционная гимнастика – один из видов здоровьесберегающих технологий»</p>	<p>Закончить свое выступление хочу такой мыслью. Здоровый ребенок – жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении. Здоровье человека складывается из небольших кусочков, как пазл. И работа над развитием артикуляционного аппарата – это просто необходимая работа с дошкольниками.</p>