



## **Правила выполнения артикуляционной гимнастики**

Артикуляционные упражнения способствуют укреплению мышц речевого аппарата, формируют правильные, полноценные движения артикуляционных органов (языка, губ, нижней челюсти и др.), улучшают дикцию; поэтому артикуляционная гимнастика необходима детям, имеющим речевые нарушения, и полезна всем детям как с целью профилактики нарушений, так и с целью развития речи.

**Проводить артикуляционную гимнастику рекомендуется систематически, чтобы сформированные навыки закреплялись.**

**Лучше заниматься ежедневно 2 раза в день по 5–10 минут.**

**Вначале хорошо выполнять упражнения перед большим зеркалом, где ребенок будет видеть и себя, и вас.**

В дальнейшем можно будет обходиться и без зеркала. Но не забывайте, что ребенок овладевает речевыми навыками, подражая взрослым. Поэтому чаще показывайте ребенку, как делать то или иное движение, приучайте его смотреть на взрослого и подражать ему.

**\* Следите, чтобы ребенок выполнял упражнения медленно, плавно, четко.**

**\* Не раздражайтесь и не показывайте своего огорчения, если у ребенка не**

**получается какое-то упражнение.**

**\* Похвалите за старание и вселите надежду в успех, который придет, если терпеливо**

**тренироваться ежедневно.**

**\* Если движения в процессе выполнения становятся неточными, хаотичными, лучше**

**закончить занятие, так как ребенок устал.**

В случае затруднений можно помогать ребенку выполнять те или иные движения, используя чайную ложечку с закругленной ручкой или удерживая язык, губы или нижнюю челюсть чистыми руками.

Количество повторений артикуляционных упражнений в среднем составляет

от 3 до 5 повторений.

Статическая нагрузка также может увеличиваться по мере повышения двигательных возможностей ребенка. **Если в начале можно ограничить удержание артикуляционного положения под счет до 2, то со временем, по мере того как окрепнут мышцы, счет увеличивается до 5-10.**

Подходить к любому упражнению надо индивидуально, не стоит форсировать события, добиваясь освоения трудного упражнения в короткие сроки.

**Проводить артикуляционную гимнастику лучше в игровой форме, подражая, соревнуясь или изображая кого-либо.** Например, добиваясь четкого и правильного положения в упражнении «Заборчик», ребенку легче освоить движения губами и удержать их в нужном положении, если он будет изображать лягушку, у которой рот до ушей. Можно попросить ребенка: «Сделай улыбку до ушей, хоть завязочки пришей!». Гибкость движений языка, быстрая вибрация кончика языка – важная предпосылка для постановки звука *р*. С этой целью можно провести с ребенком игру в лошадки и кучеров. Кучера щёлкают языком, лошадки цокают копытами – и то и другое способствуют выработке гибкости языка и интересно ребенку. Такая постановка задачи создает веселый настрой у ребенка и конструктивно облегчает процесс выполнения упражнения. Для поддержания интереса к выполнению упражнений можно использовать различные стихотворные сопровождения для каждого вида упражнений

**Очень полезны упражнения на выработку сильной струи воздуха, необходимой для произнесения шипящих и свистящих звуков.** С этой целью можно предложить ребенку сильно дуть на ватные шарики, одуванчики, легкие предметы, находящиеся в тазу с водой (кораблики, рыбки), сравнить, кто лучше дунул, чей кораблик дальше уплыл. Полезно также пускать мыльные пузыри. Но при выполнении упражнений на дыхание будьте внимательны и осторожны, так как они могут вызвать головокружение. Будет достаточно выполнить их 5 раз.

**Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики способствует выработке правильных, полноценных движений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков.**

