

## **Артикуляционная гимнастика: Важно! Нужно! Интересно!**

В случае возникновения у ребенка трудностей с произношением звуков рекомендуется проведение артикуляционной гимнастики.

**Артикуляционная гимнастика** – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата.

### **Назначение артикуляционной гимнастики**

Регулярное выполнение упражнений артикуляционной гимнастики способствует:

- улучшению кровообращения в органах речевого аппарата;
- повышению их гибкости;
- укреплению мышц языка, губ и щёк;
- расширению диапазона движений;
- снижению мышечного напряжения в органах речевого аппарата;
- подготовке к корректному произношению звуков.

Кроме того, артикуляционная гимнастика:

- способствует развитию мускулатуры речевого аппарата;
- обеспечивает синхронизацию работы органов речевого аппарата и центральной нервной системы.



### **Правила выполнения артикуляционной гимнастики**

Проводите артикуляционную гимнастику регулярно.

Каждое упражнение надо повторять 5-7 раз;

Упражнения выполняйте сидя перед большим зеркалом, где ребенок будет видеть и себя, и вас.

Следите за положением ребенка, сидя ребенок должен чувствовать себя комфортно.

Обязательно следите, чтобы ребенок выполнял упражнения медленно, плавно и четко.

Статические положения языка надо удерживать 5 - 10 секунд, увеличивая время постепенно, начиная с 2-3 секунд.

Предложите ребенку отдохнуть, если движения в процессе выполнения становятся неточными.

Обязательно хвалите ребенка и не показывайте своего разочарования, если у него что-то не получается.

Даже малейший успех в выполнении упражнения - это уже результат.

## **КОГДА НЕЛЬЗЯ ВЫПОЛНЯТЬ АРТИКУЛЯЦИОННУЮ ГИМНАСТИКУ**

Несмотря на доказанную эффективность артикуляционной гимнастики для коррекции речевых нарушений у детей, следует учитывать определенные ограничения в ее применении.

! Нарушения прикуса или зубочелюстной системы. Если у ребенка серьезное заболевание, например, вывих челюсти или аномалии ее развития, некоторые упражнения противопоказаны. В этом случае гимнастику видоизменяют или откладывают, пока не скорректируют ортодонтические проблемы.

! Острые воспалительные процессы в ротовой полости (стоматит, гингивит, воспаления языка или десен). Занятия откладывают, пока не пройдет воспаление.

! Травмы или операции на речевом аппарате: ротовой полости, горле, челюсти. Гимнастику проводят, когда разрешит врач.

! Острые заболевания с температурой, например, ОРВИ, ангина, грипп.

Проводить артикуляционную гимнастику лучше в игровой форме. Для поддержания внимания и интереса ребенка к выполнению упражнений можно использовать различные стихотворные сопровождения.

### **НА ПРИМЕРЕ:**



Мы сегодня поиграем,  
Язычок поупражняем,  
Чтобы чисто говорить  
И словечки подучить!



Улыбнёмся, рот откроем,  
Зубки чистить будем строем.  
Влево-вправо, не спеши,  
Постарайся от души.

Улыбайся, рот открыт,  
Язычок наверх спешит,  
Раз! — и спустится он вниз.  
Спрячется и снова ввысь!

Жили - были дедушка и бабушка.  
К НИМ ТОЛСТЫЕ ВНУКИ ПРИЕХАЛИ В ГОСТИ (надуваем щеки),  
С НИМИ ХУДЫЕ – ЛИШЬ КОЖА ДА КОСТИ (втягиваем щеки)  
БАБУШКА С ДЕДУШКОЙ ВСЕМ УЛЫБНУЛИСЬ (губы в улыбке),  
ПОЦЕЛОВАТЬ ОНИ ВСЕХ ПОТЯНУЛИСЬ (тянем губы вперед).

Мы сегодня поиграли  
Язычок поупражняли.  
Завтра будем повторять,  
Вместе весело играть!

