

## Методические указания к проведению артикуляционной гимнастики.

*Артикуляционная гимнастика* – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

В любом упражнении все движения органов артикуляционного аппарата осуществляются последовательно, с паузами перед каждым новым движением, чтобы взрослый мог контролировать качество движения, а ребенок – ощущать, осознавать, контролировать и запоминать свои действия. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе перед **зеркалом**, т.е. для достижения конечного результата используется зрительный самоконтроль.

Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, желательно 2-3 раза в день, чтобы вырабатываемые двигательные навыки становились более прочными. Упражнение не должно доводить орган до переутомления. Первым признаком утомления является снижение качества движения, что и служит показанием к временному прекращению данного упражнения.

Дозировка количества повторений одного и того же упражнения должна быть строго индивидуальной как для каждого ребенка, так и для каждого данного периода работы с ним. На первых занятиях иногда приходится ограничиваться двукратным выполнением упражнений в связи с повышенной истощаемостью упражняемой мышцы. В дальнейшем можно доводить качество повторений до 15-20, а при условии коротких перерывов – и более.

Артикуляционную гимнастику обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребенка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии.

Чтобы у ребенка не пропал интерес к выполняемой работе, артикуляционная гимнастика не должна проводиться по шаблону, скучно. Предпосылкой успеха является создание благоприятных условий. Нужно вовлечь ребенка в активный процесс, создать соответствующий эмоциональный настрой, вызвать живой интерес, положительное отношение к занятиям, стремление правильно выполнять упражнения. Для этого лучше всего использовать игру, как основную деятельность детей, а следовательно, самую естественную и привлекательную для них форму занятий.