

## **Укрепляем органы речи. Артикуляционная гимнастика**

Если Ваш ребёнок плохо разговаривает, не произносит некоторые звуки, у него так называемая «каша во рту» - тому есть несколько причин. Одна из наиболее распространенных - слабое развитие мышц органов речи (языка, губ, мягкого нёба, нижней челюсти и др.).

Развить мышцы, выработать четкие и согласованные движения поможет специальная гимнастика, которая называется **артикуляционной**.

Кроме того обязательно нужно научить детей правильному дыханию, так как дыхание является энергетической основой нашей речи. Некоторые согласные звуки требуют энергичного сильного выдоха.

Регулярное выполнение упражнений выработает сильную воздушную струю, укрепит мышцы языка, губ, щек, улучшит их подвижность и подготовит органы речи к постановке звуков.

Существуют определенные **правила выполнения гимнастики**:

- заниматься нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закрепились;
- осваивать гимнастику необходимо постепенно, добавляя следующие упражнения только после усвоения предыдущих упражнений;
- каждое движение выполняется 8-10 раз;
- статические (удержание позы) упражнения выполняются 8-10 секунд;
- желательно, чтобы гимнастика продолжалась не более 10-12 минут;
- занятия проводятся перед зеркалом, под контролем родителей;
- упражнения необходимо выполнять правильно, точно, с плавными переходами, только в этом случае гимнастика дает результаты.

С базовым комплексом артикуляционной гимнастики Вы можете ознакомиться в разделе **презентации**.

Важно отметить, что освоение гимнастики требует определенного времени и систематичной работы. Одни упражнения ребенок может освоить за несколько занятий, на другие может уйти гораздо больше времени. Иногда неудачи могут вызвать у ребенка отказ от дальнейшей работы. В таком случае, нельзя фиксировать внимание на том, что не получается.

Лучше перейти к более простому материалу, напомнив, что когда-то это упражнение давалось тоже не очень легко, но он с ним справился.

**Дорогие родители!** Очень важно проявить терпение и выдержку, ведь выполнение артикуляционной гимнастики – это сложная работа для ребенка. Никогда не ругайте его при неудачах. Не забывайте, что похвала и поощрения придадут малышу уверенности в своих силах и помогут быстрее овладеть новыми навыками!