

Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики

В любой коррекционной группе первоочередная задача – это научить ребенка произносить без дефектов все звуки родного языка. **Произношение** – сложный двигательный навык, которым должен овладеть ребенок. Но только занятий с логопедом недостаточно для выработки прочных навыков правильного звукопроизношения, необходимы дополнительные упражнения с родителями. Очень важным в коррекции речевых нарушений является артикуляционная гимнастика.

Гимнастика для рук и ног – это привычное и знакомое нам дело. Ведь мы тренируем их, чтобы стать ловкими, сильными и подвижными. А зачем тренировать язык? Оказывается, язык – это главная мышца органов речи. И для него, как для всякой мышцы, гимнастика просто необходима.

Артикуляционная гимнастика – это совокупность упражнений, направленных на развитие и укрепление мышц речевого аппарата. К ним относятся – язык, губы, щеки, челюсти, неба.

Целью артикуляционной гимнастики является выработка полноценных движений и определенных положений органов речевого аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

Для того, чтобы артикуляционная гимнастика давала хороший результат, необходимо запомнить следующие **правила**:

1. Проводить артикуляционную гимнастику необходимо в форме игры, без принуждения.
2. Упражнения должны выполняться систематически, только тогда будет достигнут нужный эффект.
3. Артикуляционной гимнастикой необходимо заниматься перед зеркалом, чтобы обеспечить зрительный контроль.
4. Время занятия – 3-5 минут.
5. Сначала упражнения надо выполнять медленно, затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счет.
6. Фиксировать внимание на неудачах ребенка нельзя (у него не всегда с первого раза будет получаться выполнять то или иное упражнение).

Учитель-логопед Мастерова Е.А.

Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики

Для развития речи очень важно правильное дыхание, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и голос. Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют:

- воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом,
- профилактике возникновения болезней дыхательных путей,
- восстановлению носового дыхания при его нарушении.

Целью дыхательных упражнений является выработка длительной, направленной воздушной струи, которая необходима для правильного звукопроизношения.

При проведении дыхательной гимнастики необходимо соблюдать следующие **требования**:

- Проводить занятия необходимо в хорошо проветриваемом помещении.
- Занятия можно выполнять ежедневно (во избежание головокружений упражнения повторяются не более 3-4 раз).
- Нагрузка на ребенка должна увеличиваться постепенно, за счет увеличения числа повторений и усложнения упражнений (например - дуем сначала на гладкий карандаш, затем на ребристый)
- Вдыхать воздух через нос и рот, выдох делать через рот.
- Вдыхать легко и коротко, а выдыхать длительно и экономно.
- В процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, живота, груди; плечи не поднимать при вдохе и не опускать при выдохе.
- После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.
- Все упражнения выполнять в игровой форме.

Учитель-логопед Мастерова Е.А.