

Рекомендации к проведению гимнастики

Принципом **отбора артикуляционных упражнений** каждый раз будет служить характер дефекта произношения и целесообразность рекомендуемых движений для правильного произнесения данного звука. Упражнять надо лишь движения, нуждающиеся в исправлении, и только необходимые для воспитуемого звука. Упражнения должны быть целенаправленными: важно не их количество, важны правильный подбор упражнений и качество выполнения. Упражнения подбирают, исходя из задачи добиться правильной артикуляции звука, с учётом конкретного его нарушения у ребёнка. Для каждого ребёнка комплекс упражнений составляется логопедом индивидуально.

Недостаточно только отобрать нуждающиеся в коррекции движения, нужно научить ребёнка **правильно применять соответствующие движения**, выработать точность, чистоту, плавность, силу, темп, устойчивость перехода от одного движения к другому.

Точность движения речевого органа определяется **правильностью конечного результата**, что может быть оценено конечным местоположением и формой этого органа.

Плавность и лёгкость движения предполагают движения без толчков, подёргиваний, дрожания органа (напряжение мышцы всегда нарушает плавность и мягкость движения); движение должно совершаться **без вспомогательных или сопутствующих движений** в других органах.

Темп — это скорость движения. **Вначале** движение производится несколько **замедленно**, логопед регулирует темп при помощи отстукивания рукой или счёта вслух, **постепенно убыстряя** его. **Затем** темп движения должен стать произвольным — **быстрым** или медленным.

Устойчивость конечного результата означает, что полученное положение органа **удерживается** без изменений произвольно долго.

Переход (переключение) к другому движению и положению должен **совершаться плавно и достаточно быстро**.

При отборе материала для артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать определённую последовательность — идти **от простых упражнений к более сложным**. Проводить гимнастику надо эмоционально, в игровой форме.

В любом упражнении все движения органов артикуляционного аппарата осуществляются последовательно, с паузами перед каждым новым движением, чтобы взрослый мог контролировать качество движения, а ребёнок — ощущать, осознавать, контролировать и запоминать свои действия. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе **перед зеркалом**, т. е.

для достижения конечного результата используется зрительный самоконтроль.

Выполнять все упражнения надо **поэтапно**. Нельзя объяснять ребёнку сразу всю последовательность движений органов артикуляционного аппарата – дети не могут их запомнить и правильно выполнить. Инструкции надо давать поэтапно, например: улыбнись, покажи зубы, приоткрой рот, подними кончик языка вверх к бугоркам за верхними зубами, постучи в бугорки кончиком языка со звуком «д-д-д». Также поэтапно следует проверять выполнение ребёнком упражнения. Это даёт возможность определить, что именно затрудняет ребёнка и отработать с ним данное положение.

После того как ребёнок научится выполнять движения, зеркало убирают, и функции контроля берут на себя собственные кинестетические ощущения ребёнка (ощущения движения и положения органов артикуляционного аппарата). С помощью наводящих вопросов взрослого ребёнок определяет, что делает его язык (губы), где он находится, какой он (широкий, узкий) и т. д. Это даёт детям возможность делать свои первые «открытия», вызывает интерес к упражнениям, повышает их эффективность.

Каждому упражнению в соответствии с выполняемым действием даётся название (например, движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы — «Качели»), к нему подбирается **картинка-образ**. Картинка служит ребёнку образцом для подражания какому-либо предмету или его движениям при выполнении упражнений артикуляционной гимнастики. Логопед также приучает детей внимательно слушать словесную инструкцию, точно её исполнять, запоминать последовательность действий.

Закрепление любого навыка требует систематического повторения действия, поэтому **проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно по 6 – 8 минут перед зеркалом**, 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 ребёнка, 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 количество повторений **до 15—20**.

Артикуляционную гимнастику обычно выполняют сидя, так как в этом положении у ребёнка спина прямая, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии. Размещать детей надо так, чтобы все они **видели лицо взрослого**. Лицо должно быть хорошо освещено, а губы — ярко окрашены.

В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании **положительного эмоционального настроения** у ребёнка. Нельзя говорить ему, что он делает упражнение неверно, - это может привести к отказу выполнять

движение. Лучше покажите ребёнку его достижения («Видишь, язык уже научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок обязательно научиться подниматься кверху»).

Чтобы у ребёнка не пропал интерес к выполняемой работе, артикуляционная гимнастика не должна проводиться по шаблону, скучно. Предпосылкой успеха является создание благоприятных условий. Нужно вовлечь ребёнка в активный процесс, 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. В игре обязательно должен присутствовать **элемент соревнования**, должны быть **награды** за успешное выполнение упражнений. Для красочного и забавного оформления игры-занятия используются **картинки, игрушки, сказочные герои, привлечение стихотворных текстов**.