**ЩО ТАКЕ АРТИКУЛЯЦІЙНА ГІМНАСТИКА? КЛЮЧОВІ МОМЕНТИ**

Артикуляційна гімнастика є сукупністю спеціально підібрани вправ, які сприяють м`язовому зміцненню артикуляційного апарату дитини, а також розвиткуспритності, диференційованості і сили рухів цього органу. Вправи для проведення такої процедури необхідно підбирати ретельно, передбачаючи ті положення і рухи артикуляційних органів, які сприяють утворенню даних звуків.

**Користь артикуляційної гімнастики:**

- поліпшення кровопостачання, нервової провідності і рухливості артикуляційних органів;

- зміцнення м`язової системи щік, губ і язика;

- навички, що дозволяють утримувати потрібне артикуляційне положення;

- збільшення амплітуди рухів;

- зниження напруженості артикуляційних органів;

- постановка правильної вимови звуків.

Завдяки своєчасно проведеним заняттям і вправам, які розвивають мовний слух, багато дітей навчаються говорити правильно і чисто без допомоги логопеда. При складних порушеннях звуковимови артикуляційна гімнастика допомагає швидше впоратися з мовними дефектами і готує м`язи для регулярних занять з фахівцем. Слід пам`ятати, що чіткість вимови є основною метою проведення розвиваючих вправ.

**Правила виконання артикуляційної гімнастики**

Для досягнення максимального ефекту артикуляційна гімнастика повинна проводитися регулярно, інакше отримані навички можуть не закріпитися. Бажано займатися двічі на день через годину після прийому їжі. У процесі вправ необхідно постійноконтролювати якість їх виконання і не допускати надмірного стомлення дитини. Комплекс артикуляційної гімнастики рекомендується виконувати, сидячи перед дзеркалом, в якому маленький пацієнт буде бачити не тільки себе, але і дорослу людину. Всі вправи слід виконувати повільно, плавно і точно, інакше вони не матимуть сенсу.

**Види артикуляційної гімнастики**

Артикуляційна гімнастика для язика і губ, так звані статичні вправи і динамічні. Для кожного окремого звуку необхіднопідбирати свій гімнастичний комплекс, який дозволить міцно закріпити отримані навички. Статичні вправи дозволяютьдитині навчитися утримувати правильну артикуляційну позу протягом кількох секунд, в той час як динамічні повторюються ритмічно, що дає можливість виробити рухливість губ і язика, а також полегшити їх переключення і координованість. Щоб швидше подолати мовні труднощі, корисно використовувати спеціальні казки, в яких артикуляційна гімнастика проводиться в ігровій формі. Роль таких казок дуже велика: в першу чергу вони залучають дитини в гру, налаштовуючи на сам процес, а потім дозволяють легше виконати найпростіші вправи, тим самим готуючи мовний апарат до артикуляційної гімнастики. Слід зазначити, що для кожного пацієнта підбирається індивідуальний комплекс вправ, який дозволить в подальшому покращити якість йогожиття.