Артикуляционная гимнастика

**Для чего нужна артикуляционная гимнастика?**

Уважаемые родители! Мы предлагаем вашему вниманию комплекс упражнений для укрепления мышц артикуляционного аппарата (языка, щек, губ, неба)

* Если у ребенка вялая артикуляция, речь не внятная, хотя он может произнести звуки четко…
* Если ребенку предстоят занятия с логопедом…
* Если речь ребенка в процессе формирования…
**то артикуляционная гимнастика поможет сделать речь более четкой, подготовит и укрепит речевые мышцы для дальнейших занятий, поможет формированию правильного произношения.**

**Детям 2-3 лет** артикуляционная гимнастика поможет быстрее "поставить" правильное звукопроизношение.
**Дети 4-6 лет** смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.

**Как выполнять артикуляционную гимнастику?**

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Все упражнения выполняются естественно, без напряжения. (Ребёнок сидит спокойно, плечи не поднимаются, пальцы рук не напряжены и не двигаются).
Обязательно надо следить за правильностью выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.

Упражнения проводятся:
- систематически (желательно проводиться 2-3 раза в день.)
- непродолжительно ( От 2-3 минут в начале работы до 5-7 минут в дальнейшем.)
- перед зеркалом. На первых этапах работы, чтобы кроме тактильных ощущений был ещё и зрительный контроль.
- в начале использовать 2-3 упражнения. Новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления.

- каждое упражнение желательно повторять 5-7 раз.

- статические упражнения надо удерживать 10-15 секунд. Сразу это время задерживать артикуляционную позу очень сложно, поэтому надо постепенно увеличивать время, начиная от 2-3секунд.
- динамические упражнения выполняются плавно и максимально точно. Темп постепенно можно увеличивать, но следить, чтобы правильность выполнения соблюдалась.

Важно помнить, что необходимым условием для эффективного усвоения упражнений является эмоционально-положительный настрой как ребенка, так и взрослого! Для этого мы предлагаем занимательные стихи к каждому упражнению, которые не только помогут легче запомнить упражнения, но и создадут веселое легкое настроение!

**Желаем Вам успехов в развитии ваших детей!**

 Комплекс артикуляционных упражнений

|  |  |
| --- | --- |
| **Бегемотики**Рот пошире открываем,В бегемотиков играем:Широко раскроем ротик,Как голодный бегемотик.Закрывать его нельзя, До пяти считаю я.А потом закроем рот – Отдыхает бегемот.О. Хинн. | **Описание упражнения:** открыть рот как можно шире, удерживать его в такомположении до счёта пять, потом закрыть рот. Повторить 3-4 раза. |
| **Лягушки**Подражаем мы лягушкам:Тянем губы прямо к ушкам.Вы сейчас тяните губки -Я увижу ваши зубки.Мы потянем - перестанемИ нисколько не устанем | **Описание упражнения:** улыбнуться, показать сомкнутыезубки. Удерживать губы в таком положении до счёта≪пять≫ (до счёта десять), затем вернуть губы в исходноеположение. Повторить 3-4 раза. |
| **Слон**Буду подражать слону!Губы хоботом тяну.А теперь их отпускаюИ на место возвращаю. | **Описание упражнения:** сомкнутые губы вытянуть вперёди удерживать в таком положении до счёта пять (потомдо счёта десять), вернуться в исходное положение. |
| **Блинчики**Испекли блинов немножко,Остудили на окошке.Есть их будем со сметаной,Пригласим к обеду маму.О. Хинн | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот, положитьширокий язык на нижнюю губу и удерживать егонеподвижно под счёт взрослого до пяти; потом до десяти |
| **Расческа**С волосами я дружу,Их в порядок привожу.Благодарна мне причёска.А зовут меня... (расчёска). | **Описание упражнения:** улыбнуться, закусить языкзубами. Протаскивать язык между зубами вперёд-назад,как бы причёсывая его. |
| **Змея**Подражаем мы змее,С ней мы будем наравне:Высунем язык и спрячем,Только так, а не иначе. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот; высунуть язычок изо рта, затемспрятать. Повторить 3-4 раза. |
|  |  |
| **Чашка**Вкусных мы блинов поели,Выпить чаю захотели.Язычок мы к носу тянем,Чашку с чаем представляем. | **Описание упражнения**: улыбнуться, открыть рот, высунутьязык и тянуть его к носу. Стараться, чтобы бокаязычка были загнуты в виде чашечки (чтобы чай не пролился).Стараться не поддерживать язык нижней губой.Удерживать язык в таком положении под счёт до пяти, потомдо десяти. Повторить 3-4 раза. |
| **Часики**Тик-так, тик-так.Язычок качался так,Словно маятник часов.Ты в часы играть готов? | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот.Тянуться языком попеременно то к левому углу рта, ток правому. Повторить 5-10 раз. |
| **Шарики** Я надул воздушный шарикУкусил его комарик.Лопнул шарик. Не бедаНовый шар надую я. | **Описание упражнения:** надуть одну щёку - сдуть. Затем надуть другую и сдуть.Надувать попеременно 4-5 раз. |
| **Футбол**Во дворе народ толпится, Там идет футбольный матч.И вратарь наш, Генка Спицын,Пропустит не должен мяч…Н. Тегипко | **Описание упражнения:** рот закрыть, кончик языкас напряжением упирать то в одну, то в другую щёку так,чтобы под щекой надувались мячики. |
| **Качели**Сели дети на качелиИ взлетели выше ели.Даже солнышка коснулись,А потом назад вернулись. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть широкорот, на счёт раз- опустить кончик языка за нижние зубы,на счёт два - поднять язык за верхние зубы. Повторить4-5 раз. |
| **Индюк**Я - индюк «балды-балда».Разбегайтесь кто куда. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот, языкподнять к верхней губе и загнуть вверх, двигать языком по верхней губе вперёд-назад, произнося: была-была-была... |
| **Месим тесто**Тесто мнем, мнем, мнем,Тесто жмем, жмем, жмемПосле скалку мы возьмем,Тесто тонко раскатаем,Выпекать пирог поставим.Раз, два, три , четыре, пять -Не пора ли вынимать?О. Хинн | Описание упражнения: улыбнуться, открыть рот, покусатьязык зубами - та-та-та...; пошлёпать язык губами -пя-пя-пя...; закусить язык зубами и протаскивать егосквозь зубы с усилием. |
| **Вкусное варенье**Блин мы ели с наслажденьемПерепачкались вареньем.Чтоб варенье с губ убрать,Ротик нужно облизать. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот; незакрывая рот, облизывать языком верхнюю губу; нижнейгубой стараться язык не поддерживать. Повторить 4-5 раз |
| **Лошадка**Я - весёлая лошадка,Тёмная, как шоколадка.Язычком пощёлкай громко -Стук копыт услышишь звонкий. | **Описание упражнения:** улыбнуться, широко открыть рот, щёлкать языком громко иэнергично. Стараться, чтобы нижняя челюсть была неподвижна и прыгал только язык. |

Литература: Косина Е. «Гимнастика для развития речи»