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 таком  положении 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 - перестанем  И нисколько не устанем | **Описание упражнения:** улыбнуться, показать сомкнутые  зубки. Удерживать губы в таком положении до счёта  ≪пять≫ (до счёта десять), затем вернуть губы в исходное  положение. Повторить 3-4 раза. |
| **Слон**  Буду подражать слону!  Губы хоботом тяну.  А теперь их отпускаю  И на место возвращаю. | **Описание упражнения:** сомкнутые губы вытянуть вперёд  и удерживать в таком положении до счёта пять (потом  до 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, положить  широкий язык на нижнюю губу и удерживать его  неподвижно 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 язык  зубами. 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, затем  спрятать. 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, высунуть  язык и тянуть его к носу. Стараться, чтобы бока  язычка были загнуты в виде чашечки (чтобы чай не пролился).  Стараться не поддерживать язык нижней губой.  Удерживать язык в таком положении под счёт до пяти, потом  до 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, то  к правому. Повторить 5-10 раз. |
| **Шарики**  Я надул воздушный шарик  Укусил его комарик.  Лопнул шарик. Не беда  Новый 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 языка  с напряжением упирать то в одну, то в другую щёку так,  чтобы под щекой надувались мячики. |
| **Качели**  Сели дети на качели  И взлетели выше ели.  Даже солнышка коснулись,  А потом назад вернулись. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть широко  рот, на счёт раз- опустить кончик языка за нижние зубы,  на счёт два - поднять язык за верхние зубы. Повторить  4-5 раз. |
| **Индюк**  Я - индюк «балды-балда».  Разбегайтесь кто куда. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот, язык  поднять 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, жмем  После 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, покусать  язык зубами - та-та-та...; пошлёпать язык губами -  пя-пя-пя...; закусить язык зубами и протаскивать его  сквозь зубы с усилием. |
| **Вкусное варенье**  Блин мы ели с наслажденьем  Перепачкались вареньем.  Чтоб варенье с губ убрать,  Ротик нужно облизать. | **Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот; не  закрывая рот, облизывать языком верхнюю губу; нижней  губой 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 и  энергично. Стараться, чтобы нижняя челюсть была неподвижна и прыгал только язык. |

Литература: Косина Е. «Гимнастика для развития речи»