***Рекомендации для проведения артикуляционной гимнастики***

******

***Зачем нужна артикуляционная гимнастика?***

***Выполнение артикуляционных упражнений полезно в любом возрасте, так как четка артикуляция – основа хорошей дикции. Артикуляционные упражнения для детей с нарушениями звукопроизношения – необходимость. Они подготавливают артикуляционный аппарат ребенка к постановке звуков (это задача логопеда). Четкие ощущения от органов артикуляционного аппарата – основа для овладения навыком письма.***

***Как проводить артикуляционную гимнастику?***

***1. Артикуляционная гимнастика обязательно должна проводиться систематично, в противном случае новый навык не закрепиться. Желательно заниматься 2 раза в день (лучше, чтобы после последнего приема пищи прошло не менее 1 часа).***

***2. В процессе выполнения необходимо следить за качеством выполнения движений, снижение качества – признак переутомления, лучше этого не допускать.***

***3. Артикуляционные упражнения необходимо выполнять перед зеркалом. Размер зеркала должен быть таким, чтобы ребенок видел в нем себя и взрослого.***

***4. В начале занятий упражнения нужно выполнять в медленном темпе.***

***5. Прежде чем начать занятия, лучше познакомить ребенка с названиями артикуляционных органов. Такое знакомство лучше провести в форме сказки. В результате ребенок должен усвоить названия органов: зубы, нижняя и верхняя губа, небо, язык.***

***6. Все упражнения должны выполняться точно и плавно, иначе артикуляционная гимнастика не имеет смысла.***

***7. Важно сформировать у ребенка мотивацию к занятиям артикуляционной гимнастикой, ни в коем случае нельзя заставлять детей выполнять эти упражнения, однако необходимо постоянно стимулировать. Например, рассказать ребенку, что герой любимого мультфильма только покажет ребенку новую серию только в том случае, если ребенок выполнит упражнения. Если у ребенка долго не получалось выполнить то или иное упражнение и вот, наконец, получилось, можно купить торт и отпраздновать это событие.***

***Упражнения для мышц мягкого неба и глотки.***

***Позевывание.***

***Глотание капелек воды, слюны. Можно набирать сладкую воду в пипетку и капать ребенку на мягкое небо, стимулируя глотание.***

***Полоскание горла.***

***Резкое отрывистое произнесение звуков: а-а-а; э-э-э; аэ-аэ-аэ.***

***Покашливание.***

***В наиболее трудных случаях полезно использовать механические раздражители для активизации мягкого неба – металлические шпатели, бумажные трубочки, деревянные палочки.***

***Упражнения для нижней челюсти.***

***Открывание и раскрывание рта. Причем как свободное, так и с сопротивлением рукам взрослого.***

***Жевательные движения.***

***Движения нижней челюсти влево-вправо.***

***Упражнения для щек.***

***Надувание щек: обеих одновременно и попеременно.***

***Перегонка воды из одной щеки в другую.***

***Втягивание щек в ротовую полость между зубами.***

***Упражнения для губ.***

***Улыбнуться, не обнажая зубы.***

***«Заборчик», улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы.***

***«Волчонок», выполнить упражнение «заборчик» и приоткрыть рот на расстояние 2-3 см. При этом видны верхние и нижние зубы.***

***«Трубочка». Вытянуть губы вперед, при этом челюсти сомкнуты.***

***«Окошко». Выполнить «трубочку» и приоткрыть рот.***

***«Прячем губки». Втянуть губы к зубам.***

***Вибрация губ (фырканье лошади).***

***«Трубач». Из положения «трубочка» - движения губ влево-вправо.***

***Чмоканье.***

***Удержание губами карандашей, стеклянных трубочек, пуговиц, фасоли.***

***Выплевывание губами семечек, риса, гороха.***

***Упражнения для укрепления кончика языка, расслабления корня языка, растягивания подъязычной складки («уздечки»).***

***«Лопатка». Широкий язык спокойно лежит на нижней губе.***

***«Часики». Отведение кончика языка к углам рта вправо-влево. Нижняя челюсть при этом неподвижна.***

***Покусывание языка зубами по всей его поверхности, постепенно высовывая язык и снова его втягивая.***

***«Качели». Рот широко открыт, движения языка вверх-вниз, за верхние зубы – за нижние зубы.***

***Вялый, спокойный язык просовывается между губами, рот приоткрыт, но не широко. Ребенок произносит: пя-пя-пя.***

***Сплевывание с кончика языка риса, гороха, семечек.***

***Слизывание капель сладкой воды кончиком языка с вогнутой поверхности ложек.***

***«Расческа». Почесывание языка о верхние зубы.***

***Пересчитывание зубов, упираясь кончиком языка в каждый.***

***Переворачивание во рту кубиков из хлебных корок, грецких орехов.***

***«Вкусное варенье». Слизывание варенья с верхней и нижней губы попеременно. Круговое облизывание губ.***

***Вылизывание тарелок всей поверхностью языка.***

***«Иголочка». Суживание и заострение языка – тянемся языком к зеркалу.***

***«Лошадка». Улыбнуться, щелкать языком громко и энергично. Нижняя челюсть неподвижна, двигается только язык.***

***«Индюшата». Улыбнуться, открыть рот, язык поднять к верхней губе и загнуть вверх. Двигать языком по верхней губе вперед-назад, произнося: бла-бла-бла.***

***«Горка». Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть в нижние зубы, язык не должен выпячиваться вперед.***

***«Маляр». Улыбнуться, открыть рот, язык поднять вверх и кончиком языка водить вперед-назад по небу.***

***«Дятел». Улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх. Кончиком языка с силой касаться бугорков за верхними зубами, произнося «д-д-д».***

***Упражнения для активизации мышц шеи, гортани***

***(выполняются с закрытым ртом).***

***Опускание головы вниз.***

***Запрокидывание головы назад.***

***Поворот головы вправо-влево.***

***Наклоны головы вправо-влево.***

***Руки в «замке» на затылке, отклонение головы назад с сопротивлением рук.***

***Сжатые в кулак кисти подпирают подбородок, наклоны головы вперед с сопротивлением рук.***