**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА**

Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками. Чтобы эта проблема не возникла у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше.

**Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:**

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.
2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты.
3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но  вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».
4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем – и детям и взрослым – научиться говорить правильно, чётко и красиво.

**Как правильно заниматься артикуляционной гимнастикой?**

        Сначала познакомьте ребенка с основными положениями губ и языка с помощью веселых историй о Язычке. На этом этапе малыш должен повторять упражнения 2-3 раза.

**Рекомендации к проведению упражнений.**

* Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше заниматься 2 раза в день (утром и вечером) в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребенка. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
* Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
* При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
* Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новое упражнение.
* Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
* Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед  зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.
* Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ. Работа организуется следующим образом:

     -  Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые      приемы.

      - Показывает его выполнение.

      - Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

* Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому.
* Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.
* В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании положительного эмоционального настроя у ребенка. Нельзя говорить ему, что он делает упражнение неверно, - это может привести к отказу выполнять движение. Лучше покажите ребенку его достижения («Видишь, язык уже научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок обязательно научиться подниматься кверху»).
* Если у ребенка при выполнении упражнений долго (около 1 месяца) не вырабатываются точность, устойчивость и плавность движений органов артикуляции, это может означать, что вы не совсем правильно выполняли упражнения или проблема вашего ребенка серьезнее, чем вы думали. В обоих случаях ребенка нужно обязательно показать специалисту-логопеду.
* Помните, что ежедневными упражнениями вы помогаете ребенку достичь правильного звукопроизношения.
* Не огорчайтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза. Попробуйте повторять их вместе с ребенком.

**Сказка «ЗООПАРК»**

Жил-был на свете Язычок, и захотел он пойти в зоопарк. А вместе с Язычком отправимся в зоопарк и мы: будем изображать всех животных, которых Язычок встретит.

БЕГЕМОТИКИ

Вот пришел Язычок в зоопарк и видит, что в пруду сидит кто-то огромный, как гора, и  рот широко открывает. Это был… бегемот. Давай и мы превратимся в бегемотиков  и будем широко открывать рот.

**Описание упражнения:** *открыть рот как можно шире, удерживать его в таком положении до счета «пять», потом закрыть рот. Повторить 3-4 раза.*

                                               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.

ЛЯГУШКИ

Посмотрел Язычок на бегемотиков и только хотел дальше отправиться, как слышит: ква-а-а,  ква-а-а. Это были … Правильно  лягушки. Давай изобразим, как лягушки улыбались.

**Описание упражнения:***улыбнуться, показать сомкнутые зубки. Удерживать губы в таком положении до счета «пять» ( до счета «десять»), затем вернуть губы в исходное положение. Повторить 3-4 раза.*

                                        Подражаем мы лягушкам:

Тянем губы прямо к ушкам.

Вы сейчас тяните губки –

Я увижу ваши зубки.

Мы потянем – перестанем

И нисколько не устанем.

СЛОН

Идет Язычок дальше. Ой, кто это такой большой, с длинным носом? Да это же…слон! Давай покажем, какой у слона хобот.

**Описание упражнения**:*сомкнутые губы вытянуть вперед и удерживать в таком положении до счета «пять» (потом до счета «десять»), вернуться в исходное положение.*

Буду подражать слону!

Губы «хоботом» тяну.

А теперь их отпускаю

И на место возвращаю.

Смотрит Язычок на слона, а тот стал набирать хоботом воду и поливать себя и слоненка.

**Описание упражнения:***вытянуть губы вперед трубочкой и «набирать» водичку, слегка причмокивая при этом.*

Я водичку набираю

И ребяток поливаю.

ЗМЕЯ

Полюбовался Язычок слоном и пошел к другой клетке. А там никого нет, только длинный резиновый шланг валяется посередине. Но вдруг шланг зашевелился, и Язычок увидел, что это…змея. Давай изобразим змею!

**Описание упражнения:***улыбнуться, открыть рот; высунуть язычок изо рта, затем спрятать. Повторить 3-4 раза.*

Подражаем мы змее,

С ней мы будем наравне:

Высунем язык и спрячем.

Только так,  а не иначе.

ЛОШАДКА

Понаблюдал Язычок за змейкой и пошел дальше. Видит, лошадка детей катает. Захотел и сам прокатиться: «Лошадка прокатаешь меня?» А лошадка отвечает: «Конечно!». Сел Язычок на лошадку, крикнул «но!» и поскакал. Давай покажем, как Язычок катался на лошадке.

**Описание упражнения:***улыбнуться, широко открыть рот, щёлкать языком громко и энергично. Стараться, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, и «прыгал» только язык.*

Я -  веселая лошадка,

Темная, как шоколадка.

Язычком пощёлкай громко –

Стук копыт услышишь звонкий.

РАСЧЁСКА

Покатался Язычок, слез с лошадки и вдруг увидел себя в зеркале: «Ах, какой я стал лохматый! Наверное, очень быстро на лошадке мчался!  Надо причесаться!» Достал Язычок расчёску и начал причёсываться. Давай покажем, как он это делал.

**Описание упражнения:***улыбнуться, закусить язык зубами. «Протаскивать»  язык между зубами вперед-назад, как бы « причесывая» его.*

С волосами я дружу,

Их в порядок привожу.

Благодарна мне прическа.

А зовет меня…(расчёска).

ЧАСИКИ

Привел Язычок себя в порядок и вдруг подумал: а не пора ли ему идти домой? Надо узнать который час. Покажи как, работают часики!

**Описание упражнения:***улыбнуться, открыть рот. Тянуться языком  попеременно  то к левому углу рта,  то к правому. Повторить 5-10 раз.*

Тик-так, тик-так.

Язычок качался так,

Словно маятник часов.

Ты в часы играть готов?

ШАРИКИ

Узнал Язычок, который час. К сожалению, было уже поздно: пора возвращаться домой. А подарок маме? Купил Язычок несколько воздушных шариков и стал их надувать, но, к сожалению, некоторые из них лопались. Покажи, как Язычок надувал шарики.

**Описание упражнения:***надуть одну щёку – сдуть. Затем надуть другую и сдуть. Надувать попеременно 4-5 раз.*

Я надул воздушный шарик.

Укусил его комарик.

Лопнул шарик. Не беда!

Новый шар надую я.

ИНТЕРНЕТ-ИСТОЧНИК