**

*Советы логопеда*

**«Покорчим рожицы»**

Многие родители недоумевают или удивляются, когда на приеме у логопеда слышат рекомендации о необходимости ежедневного выполнения артикуляционных упражнений. Артикуляционная гимнастика иногда вызывает у таких родителей усмешки и несерьезное отношение к этому процессу. В таких случаях, задача логопеда убедить родителей в обратном. Для уверенного владения ребенком своим артикуляционным аппаратом игра «Покорчим рожицы» должна стать ежедневным занятием для дошкольника.

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. Для развития этого «болтливого» органа существует целая система упражнений.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

Детям младшего дошкольного возраста артикуляционная гимнастика поможет быстрее «поставить» правильное звукопроизношение. Старшие дошкольники смогут при помощи упражнений исправить - неправильно сложившееся звукопроизношение.

Артикуляционные упражнения должны проводиться ежедневно в течение 5 мин, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.

Каждое упражнение ребенок должен повторять 5-7 раз.

В конце каждого упражнения органы речевого аппарата должны вернуться в исходное положение.

Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

Во время работы перед зеркалом нужно следить за тем, чтобы у ребенка работали только те мышцы, которые тренируются в данном упражнении. Шея и плечи не должны напрягаться.

Каждое упражнение ребенок должен выполнять медленно, ритмично и четко, считая мысленно или под счет взрослого.

При выполнении упражнений, чтобы не вызывать переутомление ребенка, необходимо соблюдать определенную последовательность - идти от простых упражнений к более сложным.

Гимнастика не должна надоедать ребенку. Для это, лучше проводить ее эмоционально, в игровой форме.

Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

Первое время в процессе выполнения упражнений наблюдается неловкость и напряженность движений органов артикуляционного аппарата. И только регулярные тренировки могут положительно повлиять как на качество так и на координацию движений органов артикуляционного аппарата.

**Приступаем к занятиям!**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название**  | **Способ выполнения** |
|  | ***Упражнения для губ*** |
| 1 |  **Улыбка** | Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.  |
| 2 | **Хоботок**  | Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10. Если ребенок не может самостоятельно произвольно вытянуть губы, можно предложить ему дотянуться губками до конфеты. Можно пропеть вместе с ребенком звук У. В дальнейшем можно чередовать упражнения 1 и 2. |
| 3 | **Заборчик** | Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны. Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь. |
| 4 | **Окошечко** | Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны. |
| 5 | **Заборчик-Окошечко. Улыбка — Хоботок** | Чередование положений губ. |
| 6 | **Расческа** | Почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами. |
| 7 | **«Поцелуй маму»** | Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук «поцелуя». |
| 8 | **Останови лошадку.** | Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать.  |

Если губы совсем слабые:

— сильно надувать щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту,

— удерживая губами карандаш (пластмассовую трубочку), нарисовать круг (квадрат),

— удерживать губами марлевую салфетку — взрослый пытается ее выдернуть.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название**  | **Способ выполнения** |
|  | ***Упражнения для языка*** |
| 1 | **Лопаточка** | *Статические:*Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе. |
| 2 | **Чашечка** | Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов. |
| 3 | **Иголочка**  | Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед. |
| 4 | **Горка (Киска сердится)** | Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх. |
| 5 | **Трубочка** | Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх. |
| 6 | **Грибок** | Рот открыт. Язык присосать к нёбу. |
| 1 | **Часики** | *Динамические:*Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта. |
| 2 | **Змейка** | Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта. |
| 3 | **Футбол (Спрячь конфетку)** | Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку. |
| 4 | **Чистка зубов** | Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами. |
| 5 | **Лошадка** | Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку. |
| 6 | **Гармошка** | Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть. |
| 7 | **Маляр** | Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба. |
| 8 | **Вкусное варенье** | Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. |
| 9 | **Качели** | Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам. |