**Консультация для родителей.**

**Артикуляционная гимнастика для детей с нарушением речи.**

**Артикуляционной гимнастикой называется комплекс специально разработанных специалистами упражнений для тренировки и укрепления органов артикуляции, к которым относятся губы, язык и нижняя челюсть.** Это взрослому человеку кажется, что в устной речи нет ничего сложного, потому что процесс произношения слов - само собой разумеющаяся часть обычной жизни. А для ребенка это целая наука, ведь чтобы произносить звуки правильно, надо, чтобы язык был сильным и гибким, чтобы был активным и мог быстро и четко найти нужное положение во рту. Всему этому ребенок учится постепенно. Сначала правильно получаются самые простые звуки, затем ребенок учится произносить сложные звуки [с], [з], [ш], [ж], [л]. Звук [р] считается самым сложным, и зачастую дети осваивают его лишь к школе.

**Основные причины для занятия артикуляционной гимнастикой**

* язык – это мышца, которую надо тренировать и развивать. Для правильного звукопроизношения язык должен быть сильным и гибким.
* письмо напрямую зависит от устной речи, поэтому неправильная речь может повлечь в школе плохую успеваемость.
* зачастую, дети, занимающиеся артикуляционной гимнастикой, сами могут научиться произносить все звуки без посторонней помощи.
* дети, занимающиеся артикуляционной гимнастикой, но имеющие при этом проблемы с правильным звукопроизношением, быстрее осваивают занятиями с логопедами и справляются со своими дефектами, так как их язык уже подготовлен.
* также артикуляционная гимнастика помогает справиться с «кашей во рту» — это, когда вроде бы и нет конкретных дефектов, но речь все равно нечеткая. Это связано с вялостью языка и недостаточной его тренированностью.

**Советы и рекомендации**

1. Стоит начинать выполнять упражнения перед зеркалом, чтобы ребенок мог видеть себя в отражении и зрительно контролировать положение губ и языка, сравнивая с тем, что ему показывают. Когда он освоит упражнения, зеркало можно будет не использовать.
2. Надо точно и не торопясь объяснить положение каждого органа в артикуляционном примере, чтоб ребенок выполнял все верно. Неправильное выполнение упражнений не принесет ожидаемых результатов.
3. Не стоит браться за выполнение сразу всех описанных ниже упражнений. Добавляйте новые задания постепенно, не больше одного за раз. Чередуйте их в любом порядке, чтоб не было однообразно.
4. Главное - систематичность - лучше выполнять всего пару упражнений, но каждый день, чем все и раз в неделю. Эти занятия удобны тем, что их можно выполнять, когда угодно и где угодно.
5. Лучше всего артикуляционные примеры выполнять 2 раза в день, но если такой возможности нет, то хотя бы один раз в день.
6. Сначала задания стоит выполнять медленно, затем темп увеличивать.

**Упражнения для детей до 4 лет**

Маленькие дети быстро устают и не могут долго концентрировать внимание, поэтому упражнения должны длиться около 5 минут.

**Артикуляционная гимнастика для развития мышц губ**

**1. «Бегемотик»** - широко открыть рот и удерживать это положение под счет до 5. Упражнение статичное

**2. «Улыбочка»** - улыбнуться с сомкнутыми губами как можно шире и удерживать это положение под счет до 5.
 **Тренировка и развития мышц языка**

**1. «Змейка»** - достать язык вперед как можно дальше, при этом стараться делать его узким. Затем убрать язык обратно и закрыть рот. Упражнение повторить 5-7 раз.

**2. «Качели»** - открыть рот и сначала тянуться языком к носу, затем к подбородку, опять к носу и подбородку. Задание повторить 5-7 раз.

**3. «Месим тесто»** - положить язык на нижнюю губу, открывать и закрывать рот. Следить за тем, чтобы ребенок не поджимал губы. Повторить 7 раз.

**4. «Чистим зубки»** - проводим кончиком языка сначала по верхним, затем по нижним зубам с одной стороны в другую. Упражнение повторить по 3 раза для каждой челюсти.

**5. «Часики»** - слегка приоткрыть рот и касаться кончиком языка правого и левого угла рта по очереди. Повторить 10 раз.

**6. «Блинчик» -** приоткрыть рот и положить расслабленный язык на нижнюю губу, не высовывая вперед. Следите за тем, чтобы ребенок не подгибал нижнюю губу. Упражнение статичное, такое положение удерживается под счет до 5.

**Занятия для развития мышц щек**

**1. «Сытый хомячок»** - надуть правую щеку, затем левую щеку, затем обе одновременно. Повторить упражнение 4 раза.

**2. «Шарики»** - ребенок надувает обе щеки, затем ударяет по ним ладошками, имитируя лопанье шарика. Повторить 5 раз.

**3. «Голодный хомячок»** - втянуть щеки внутрь и удерживать это положение под счет до 5.

**Упражнения для детей 4-7 лет**

В комплекс упражнений входят все те же упражнения, предназначенные для детей помладше, а также другие более сложные упражнения. Помимо этого детям постарше уже проще сконцентрироваться на занятиях и дольше концентрировать внимание, поэтому занятия могут быть более продолжительными.

**Задания для развития мышц губ**

**1. «Бегемотик»** - широко открыть рот и удерживать это положение под счет до 5. Упражнение статичное.

**2. «Улыбочка»** - улыбнуться с сомкнутыми губами как можно шире и удерживать это положение под счет до 5.

**3. «Хоботок»** - сложить губы в трубочку и вытянуть вперед как можно дальше. Такое положение удерживать под счет до 5.

**4. «Заборчик»** - надо широко улыбнуться, при этом разомкнуть губы, чтобы как можно лучше было видно зубы.  Положение удерживается под счет до 5.

**Упражнения для развития мышц языка**

**1. «Змейка»** - достать язык вперед как можно дальше, при этом стараться делать его узким. Затем убрать язык обратно и закрыть рот. Упражнение повторить 5-7 раз.

**2. «Качели»** - открыть рот и сначала тянуться языком к носу, затем к подбородку, опять к носу и подбородку. Упражнение повторить 5-7 раз.

**3. «Месим тесто»** - положить язык на нижнюю губу, открывать и закрывать рот. Следить за тем, чтобы ребенок не поджимал губы. Повторить 7 раз.

**4. «Чистим зубки»** - проводим кончиком языка сначала по верхним, затем по нижним зубам с одной стороны в другую. Упражнение повторить по 3 раза для каждой челюсти.

**5. «Часики»** - слегка приоткрыть рот и касаться кончиком языка правого и левого угла рта по очереди. Упражнение повторить 10 раз.

**6. «Блинчик» -**приоткрыть рот и положить расслабленный язык на нижнюю губу, не высовывая вперед. Следите за тем, чтобы ребенок не подгибал нижнюю губу. Упражнение статичное, такое положение удерживается под счет до 5.
**7. «Сердитая киска»** - открыть рот; плоский широкий язык упирается в нижние зубы, средняя часть поднимается наверх, образуя горку, ребенок слегка смыкает челюсти как бы покусывая горку. Упражнение выполняется под счет до 5.

**8. «Парус»** - упереть кончик языка в верхние зубы и держать это положение под счет до 5.

**9. «Маляр»** - открыть рот и провести языком по небу от зубов вглубь и обратно. Упражнение повторяется 7 раз

**10. «Вкусное варенье»** - как будто облизываемся - перемещаем кончик языка по верхней губе от одного угла к другому. Повторить упражнение 5 раз в каждую сторону.

**11. «Чашечка»** - широко открыть рот, удерживать широкий язык в воздухе, не касаясь зубов, при этом стараться загибать его края вверх.

 **12. «Дятел»** - открыть рот и интенсивно стучим кончиком языка с обратной стороны верхних зубов. Упражнение делается под счет до 5.

**13. «Мотор»** - повторяем предыдущее упражнение при этом добавляем звук, то есть при сильном выдохе ребенок при говорит "Дын-дын", чтобы каждый удар соответствовал слову "дын".

**Упражнения для развития мышц щек**

**1. «Сытый хомячок»**- надуть правую щеку, затем левую щеку, затем обе одновременно. Повторить упражнение 4 раза.

**2. «Шарики»** - ребенок надувает обе щеки, затем ударяет по ним ладошками, имитируя лопанье шарика. Повторить 5 раз.

**3. «Голодный хомячок»** - втянуть щеки внутрь и удерживать это положение под счет до 5

**Упражнения для развития подъязычной связки языка**

**1. «Грибок»** - плотно присосать язык к небу и удерживать такое положение под счет до 5.

**2. «Гармошка»** - выполняем упражнение "грибок", при этом закрываем и открываем рот. Выполняется под счет до 5.

**3. «Лошадка»** - щелкать языком - цокать. Упражнение выполняется под счет до 10.