***Консультация для родителей***

***«Для чего нужна артикуляционная гимнастика?»***

*Подготовила учитель-логопед МБДОУ д/с № 1 Лычагина В.Э*

 ***Слово «артикуляция» в переводе на русский язык звучит как «соединение».***

 ***Артикуляция*** — соединяет мысль и звук, помогает рождаться слову. Гимнастика для рук и ног - дело для людей привычное и знакомое, ведь она помогает любому человеку стать более ловким и сильным. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Наверное , вы догадались, что *язык - главная мышца органов речи.* Он состоит из корня и спинки, в котором различают переднюю, среднюю и заднюю части. Наибольшей степенью подвижности обладает передняя часть языка и кончик языка. Для языка, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима.

***Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:***

* улучшить кровоснабжение артикуляционных органов;
* улучшить подвижность артикуляционных органов;
* укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
* научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;
* увеличить амплитуду движений;
* уменьшить напряжённость артикуляционных органов;
* подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению звуков.

***Артикуляционная гимнастика*** - это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности, дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе .

 **Цель артикуляционной гимнастики** – это выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

***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, когда с ними начнёт *заниматься логопед:* их мышцы будут уже подготовлены.

3. ***Артикуляционная гимнастика*** очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них *«каша во рту»*. Надо помнить, что чёткое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.

4. Занятия ***артикуляционной гимнастикой*** позволят всем - и детям и взрослым - научиться говорить правильно, чётко и красиво.

 Своевременное овладение правильной, чистой речью имеет важное значение для формирования полноценной личности. Человек с хорошо развитой речью легко вступает в общение, он может понятно выражать свои мысли и желания, задавать вопросы, договариваться о совместной деятельности. И наоборот, неясная речь весьма затрудняет взаимоотношения с окружающими и нередко накладывает тяжёлый отпечаток на характер человека. Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребёнка к успешному обучению в школе.

 Одним из условий нормального становления звукопроизношения является полноценная работа артикуляционного аппарата.

***Методические рекомендации к выполнению артикуляционной гимнастики:***

1. ***Гимнастика*** проводится 10-15 минут.

2. Упражнения выполнять перед зеркалом

3. Каждое упражнение выполнять по 5 **-** 6 раз.

4. Упражнение выполнять после показа взрослого.

5. После того, как усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого *(по названию)*.

6. Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения.

 Сначала познакомьте ребёнка с основными положениями губ и языка с помощью весёлых историй о Язычке. На этом этапе ребенок должен повторять упражнения 2-3 раза. Затем повторяйте с ним все упражнения, используя карточки не менее 5-6 раз, которые помогут быстрее освоить все упражнения, к тому же по ним можно заниматься, не имея под рукой дополнительных книг.

 Упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребенку необходим зрительный контроль. После того как малыш немного освоится, зеркало можно убрать. Полезно задавать ребёнку наводящие вопросы. *Например*: что делают губы? что делает язычок? где он находится (вверху или внизу?

Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счёт. Но при этом следите за тем, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно, иначе занятия не имеют смысла.

Лучше заниматься 2 раза в день *(утром и вечером)* в течение 5-7 минут, в зависимости от возраста и усидчивости ребёнка.

*Занимаясь с детьми 3-4-летнего* *возраста,* следите, чтобы они усвоили основные движения.

*К детям 4-5 лет требования повышаются*: движения должны быть всё более чёткими и плавными, без подёргиваний.

*В 6-7-летнем возрасте* дети выполняют упражнения в быстром темпе и умеют удерживать положение языка некоторое время без изменений.

 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.

Если во время занятий язычок у ребёнка дрожит, слишком напряжён, отклоняется в сторону и малыш не может удержать ***нужное***положение языка даже короткое время, обязательно обратитесь к логопеду.

 Чтобы малыш научился произносить сложные звуки ([с],[з],[сь],[зь], [ц],[ш],[ж],[ч],[щ],[л],[ль],[р],[рь]) его губы и язык должны быть сильными и гибкими, долго удерживать необходимое положение, без труда совершать многократные переходы от одного движения к другому.

 В зависимости от того, чему мы будем учить ребенка, либо переключаться с одной позы на другую, либо удерживать позу, *артикуляционные упражнения делятся* на *статические* - удержание органов артикуляции в определенной позе и *динамические* - многократное повторение одного и того же движения.

 ***Упражнения на развитие речевого дыхания***

Выполняются упражнения в свободной позе в положении сидя. Важно следить за тем, чтобы ребенок был расслаблен, не поднимал плечи и излишне не напрягал мышцы дыхательного аппарата. При выполнении дыхательных упражнений рот должен быть приоткрыт, сопутствующие движения органов артикуляционного аппарата недопустимы. Вдох глубокий и медленный, а выдох плавный и продолжительный. Все дыхательные упражнения направлены на выработку длительной, направленной воздушной струи, идущей по средней линии языка. Выполняется каждое упражнение по 5 раз.

Упражнения, направленные на развитие речевого дыхания по своему назначению подразделяются на упражнения, вырабатывающие:

а)  холодную воздушную струю, направленную вниз;

б)  теплую воздушную струю, направленную вверх.

Упражнения, вырабатывающие холодную воздушную струю, выполняются со слегка приоткрытым ртом и высунутым широким мягким языком - «лопаткой», лежащим на нижней губе. В этом положении длительно на одном выдохе произносится звук ф-ф-ф...

1.   «Подуем на султанчики». По сигналу с силой дуть на султанчики (мелкие фигурки из тонкой бумаги, прикрепленные нитками к палочкам или полоскам картона, например: «листики на веточке», «бабочки» и т.п.) таким образом, чтобы они двигались и шелестели.

2.   «Задуем свечу». По сигналу «Тихий ветерок» медленно дуть на пламя, чтобы оно отклонялось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветер» стараться на одном выдохе задуть свечу.

3.   «Быстрый мяч». Ребенку предлагается сильно дунуть (на одном выдохе) вперед на ватный шарик, лежащий на столе.

4.   «Загоним мяч в ворота». Упражнение выполняется аналогично, но ребенок должен «забить гол» в ворота, построенные на столе из двух предметов (кубиков и т.п.). Расстояние между «штангами» постепенно уменьшают.

По мере овладения ребенком данными упражнениями язык убирается за нижние зубы, а затем упражнения отрабатываются с растянутыми в улыбку неплотно сомкнутыми губами.

Выработка направленной вверх теплой воздушной струи проводится с широко раскрытым ртом. Язык в форме «чашечки» поднят вверх, боковые края «чашечки» прижаты к верхним коренным зубам, а передняя часть языка образует щель с верхней губой (в упражнении «Фокус») или с верхними зубами (в упражнении «Погреем ладошки»). Длительный, сильный выдох дает теплую, направленную воздушную струю. и т.д

 ***Упражнения для губ и щек***

1. Покусывание, похлопывание и растирание щек.

2. Сытый хомячок.- Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.

3. Голодный хомячок.- Втянуть щеки.

4. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

5. «Полоскание» – надувание и втягивание обеих щек одновременно. и т.д

 ***Упражнения для губ***

1.Улыбка. -Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

2.Хоботок (Трубочка).- Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

3.Заборчик. -Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

4.Бублик (Рупор).- Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны. и т.д

 ***Упражнения для развития подвижности губ***

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.

2. Улыбка - Трубочка.-Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.

3. Пятачок.- Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.

4. Рыбки разговаривают.-Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).

5. Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.

6. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя". и т.д

 ***Статические упражнения для языка***

1.Птенчики.- Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

2.Лопаточка.- Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

3.Чашечка.- Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

4.Иголочка (Стрелочка. Жало).- Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

5.Горка (Киска сердится).- Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх. и т.д.

 ***Динамические упражнения для языка***

1.Часики (Маятник).- 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.Качели. - Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

4.Лошадка.- Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

5.Гармошка.- Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

6.Маляр.- Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

7.Вкусное варенье.- Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта. и т.д.

 ***Упражнения для развития подвижности нижней челюсти***

1.Трусливый птенчик.- Широко открывать и закрывать рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок-"птенчик" сидит в гнездышке и не высовывается. Упражнение выполняется ритмично.

2.Акулы.- На счет "один" челюсть опускается, на "два" - челюсть двигается вправо (рот раскрыт), на счет "три" - челюсть опущена на место, на "четыре" - челюсть двигается влево, на "пять" - челюсть опущена, на "шесть" - челюсть выдвигается вперед, на "семь" - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты. Делать упражнение нужно медленно и осторожно,-избегая-резких-движений.

3. Имитация жевания с закрытым и открытым ртом.

4.Обезьяна.-Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку.

5.Сердитый лев.- Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее - с шепотным произнесением этих звуков.

6.Силач.- Рот открыт. Представить, что на подбородке повешен груз, который надо поднять вверх, поднимая при этом подбородок и напрягая мускулы под ним. Постепенно закрыть рот. Расслабиться.

 ***Занимаясь с ребёнком, поддерживайте хорошее, доброе настроение, наберитесь терпения и не раздражайтесь, далеко не всё будет получаться с первого раза. Почаще хвалите ребёнка и радуйтесь вместе с ним каждой, даже самой незначительной, удаче. Ваш доброжелательный настрой - залог успеха.***

 **Желаю успехов!**