**Артикуляционная гимнастика**

**Артикуляционная гимнастика** – это упражнения для тренировки органов **артикуляции**(губ, языка, нижней челюсти) необходимые для **правильного звукопроизношения.**

**Гимнастика для рук**, ног - дело нам привычное и знакомое. Всем понятно, для чего мы тренируем мышцы - чтобы они стали сильными, ловкими, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Язык - главная мышца органов **речи**. И для него **гимнастика просто необходима**.

**Артикуляционная гимнастика** - основа формирования речевых звуков.

Наша речь состоит из звуков. Зубы, губы и язык принимают определенный артикуляционный уклад, и мы слышим звук.

Каждое отдельное упражнение имеет смысл:

Например:

Упражнение «Чашечка» необходимо при постановке звука [Ш]

Упражнение «Грибок» - для постановки звука [Р]

Упражнение «Горочка» - для постановки звука [С]

Рекомендации к проведению упражнений:

• Сначала упражнения надо выполнять медленно, перед зеркалом, так как ребенку необходим зрительный контроль. После того как ребенок немного освоится, зеркало можно убрать.

• Затем темп упражнений можно увеличить и выполнять их под счет. Но при этом нужно следить, чтобы упражнения выполнялись точно и плавно.

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

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

•К детям 4-5 лет требования повышаются: движения должны быть все более точными и плавными.

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

• Если во время упражнений язычок у ребенка дрожит, слишком напряжен или не может удержать нужное положение, понадобятся помощь логопеда и специальный массаж.

**Советы логопеда**

1. Очень часто дети, которые плохо говорят для своего возраста, еще и плохо едят. Как **правило**, для них целая проблема скушать яблоко или морковку, не говоря уж о мясе. Вызвано это слабостью челюстных мышц, а она, в свою очередь, задерживает развитие движений **артикуляционного аппарата**.

Поэтому обязательно заставляйте ребенка жевать сухари, овощи и фрукты, хлеб с корочками, кусковое мясо.

Чтобы развить мышцы щёк и языка, покажите ребёнку, как полоскать рот. Научите надувать щёки и удерживать воздух, "перекатывать" его из одной щеки в другую.

2. Говорите с ребёнком медленно, короткими фразами; пользуйтесь **правильным русским языком**, не переходите на "детский язык" *(сюсюканье)* сами и не разрешайте делать это другим.

3. Каждый день читайте ребёнку. Не показывайте своей досады и нежелания, если ребёнок попросит вас в сотый раз прочитать книжку, которую особенно полюбил. Если вы очень заняты, то можно поставить кассету или диск, но помните, что личное общение наиболее ценно.

4. Чаще разговаривайте с ним, терпеливо отвечайте на все его вопросы, поощряйте желание их задавать.

5. Говорите чётко, внятно, несколько раз повторяя слово или фразу, меняя в ней слова местами.

6. Не забывайте развивать и мелкую моторику - то есть малыш как можно больше должен работать своими непослушными пальчиками. Учёные доказали, что развитие мелкой моторики рук напрямую связано с развитием речевых центров головного мозга. Как бы ни казалось вам это утомительным, пусть малыш сам застегивает пуговицы, шнурует ботинки, засучивает рукава. Причём начинать тренироваться ребёнку лучше не на своей одежде, а сперва "помогать" одеться куклам и даже **родителям**. По мере того, как детские пальчики будут становиться проворнее, его язык будет все понятнее не только маме.

7. Не заставляйте ребёнка спать, положа руки под щёку, что может деформировать челюсть.

8. Не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми. Каждый человек ценен и индивидуален.