***Значение артикуляционной гимнастики***

Четкое произношение - результат хорошей подвижности и дифференцированной работы органов артикуляционного аппарата: языка, нижней челюсти, мягкого неба, голосовых связок. Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата проводится в форме артикуляционной гимнастики.

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

Важность занятий артикуляционной гимнастикой для дошкольников трудно переоценить. Помимо того, что ребенок учится правильно и четко произносить звуки и слова, подобные занятия способствуют:

• Улучшению кровоснабжения артикуляционных органов и их нервной проводимости;

• Улучшению подвижности артикуляционных органов;

• Укреплению мышечной системы языка, губ, щек;

• Научению ребенка удерживанию определенных артикуляционных поз;

• Увеличению амплитуды движений органов артикуляции;

• Уменьшению напряженности мышц артикуляционных органов;

• Подготовке ребенка к правильному произношению звуков.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков – фонем – и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза. Гимнастика включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Артикуляционную гимнастику Взрослые воспроизводят звук, не задумываясь о том, где находится в данный момент язык, на каком расстоянии расположены зубы, и т.д. У взрослых артикуляция - автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь.

Заниматься нужно ежедневно по 5-7 минут, желательно два раза в день. Проводить артикуляционную гимнастику лучше всего в игровой форме. Упражнение не должно доводить орган артикуляции до переутомления. Первым признаком утомления является снижение качества движения, что и является показателем к временному прекращению данного упражнения.

Дозировка количества одного и того же упражнения должна быть строго индивидуальной как для каждого  ребенка, так и для каждого данного периода работы с ним. На первых занятиях иногда приходится ограничиваться только двумя повторениями упражнений в связи с повышенной истощаемостью упражняемой мышцы. В дальнейшем можно доводить их до 10—20 повторений, а при условии коротких перерывов и еще увеличивать их число.

Предлагаю примерный комплекс упражнений для выполнения артикуляционной гимнастики в домашних условиях:

1. **«Окно»**

Слегка улыбнуться, медленно открыть рот, подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть. Язык лежит спокойно  за зубами.

1. **"Улыбка"**

Улыбнуться без напряжения. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь.

1. **«Забор»**

Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд.

1. **«Дудочка»**

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10.

1. **«Часики»**

Язык выдвинуть изо рта и подвигать им из стороны в сторону с большой амплитудой. Проделать  10-15 раз. Нижняя челюсть не двигается вместе с языком! Язык не касается нижней губы.

1. **«Вкусное варенье»**

Улыбнуться, открыть рот и языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу. Движения  направлены сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».

1. **«Чистим зубы»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, показать зубы и широким языком провести с наружной стороны  верхних зубов, имитируя чистящие движения зубной щетки. Также «чистим и нижние зубы. Выполнять каждое упражнение по 3-5 раз.

1. **«Месим тесто»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами, произносить: Пя-пя-пя-пя..»Медленно двигайте язык вперед  – назад.

1. **«Покусаем язычок» («Месим тесто»)**

Улыбнуться, приоткрыть рот, покусать кончик языка. Можно усложнить упражнение одновременно покусывая язык и продвигая его вперед-назад.

1. **«Лопаточка». «Блинчик»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

1. **«Киска сердится»**

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы с внутренней стороны. Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать вглубь рта. Упражнение повторить 8-10 раз в спокойном темпе.

1. **«Чашечка»**

Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашки.

1. **«Качели»**

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за  нижние зубы (с внутренней стороны)  и удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с  внутренней стороны) и удерживать 3- секунд. Так поочередно меняем положение языка  5-6 раз «качаем язычок» . Упражнение полезно делать при работе над шипящими и свистящими звуками.

1. **«Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок») делая движения языком вперед- назад, поглаживая небо.

1. **«Лошадка»**

Улыбнуться, широко открыть рот пощелкать кончиком языка наверху. Ускоряем темп. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

1. **«Грибок»**

Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась («ножка гриба»). Удерживать в таком положении язык в течение 5-10 минут. Если  так сделать не удается, то вернитесь к упражнению «лошадка».