**Зачем нужна артикуляционная гимнастика**

**и как ее выполнять**

Для чистого произношения звуков речи нужны сильные, подвижные органы речи - язык, губы, мягкое небо. Все речевые органы состоят из мышц, которые можно тренировать. Для этого существует специальная артикуляционная гимнастика. Она поможет укрепить мышцы органов речи, подготовит базу для чистого звукопроизношения. Артикуляционная гимнастика является подготовительным этапом при постановке звуков.

Постановкой и автоматизацией звуков должен заниматься **только логопед**! А в домашних условиях родителям предлагается артикуляционная гимнастика. Упражнения подбираются в соответствии с дефектом речи ребенка и лучше, если это для вас сделает логопед. Если нет такой возможности, то это можно сделать самостоятельно. Для этого проверить, какие звуки не может произносить ваш ребенок, подобрать ему комплекс упражнений, используя логопедические пособия. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе и обязательно перед зеркалом. На первых занятиях можно выполнять упражнение до двух раз, но качественно. Затем количество повторений увеличивается и доходит до 10-15 раз. Взрослый показывает ребенку, как правильно выполнять все упражнения, для этого вам необходимо **самим научиться выполнять артикуляционную гимнастику**.

Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, а лучше два раза - утром и во второй половине дня после прогулки. К каждому упражнению подобрать картинку-образ. Использовать сказки про приключения язычка, стихи о язычке. Занятие проводить в игровой форме. Можно привлечь любимую игрушку. «Давай покажем Зайке, как правильно выполнять гимнастику для язычка». Если у ребенка не получается какое-то движение, то можно использовать помощь: ручкой чайной ложки, деревянным шпателем или чистым пальцем помочь поднять ребенку язык вверх. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намажьте губу какой-то сладостью, в зависимости от того, что любит ваш ребенок.

**Основной комплекс артикуляционной гимнастики**

1. **«Лягушка»** Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным. Следить, чтобы нижняя челюсть не выдвигалась вперед.
2. **«Хоботок»** Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на счет до пяти.
3. **«Лягушка»- «Хоботок»** На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок»
4. **«Бегемотик»** На счет «раз» широко открыть рот, на счет «два» закрыть рот.
5. **«Блинчик»** Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. Следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.
6. **«Иголочка»** Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу острым, как жало. Следить, чтобы кончик языка не загибался вверх.
7. **«Блинчик»- «Иголочка»** На счет «раз-два» чередовать упражнения «Иголочка» и «Блинчик»
8. **«Часики»** Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается **неподвижной.**
9. **«Качели»** Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз-два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом **неподвижна.**
10. **«Лошадка»** Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, язык должен быть широким. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.