Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками. Чтобы эта проблема не возникла у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше.

Артикуляционная гимнастика

для малышей

Поначалу артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом. Ребенок должен видеть, что язык делает. Мы, взрослые, не задумываемся, где находится в данный момент язык (за верхними зубами или за нижними). У нас артикуляция - автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести этот автоматизм, постоянно упражняясь. Не огорчайтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза даже у вас. Попробуйте повторить их вместе с ребенком, признаваясь ему: "Смотри, у меня тоже не получается, давай вместе попробуем". Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и все получится. Занимайтесь с ребенком ежедневно по 5-7 минут. Мы предлагаем Вам артикуляционные упражнения, которыми вы будете с ребенком регулярно заниматься.

|  |  |
| --- | --- |
| Окошко | **"Окошко"** широко открыть рот — "жарко", закрыть рот — "холодно" |
| Чистим зубки | **"Чистим, зубки"** улыбнуться, открыть рот, кончиком языка с внутренней стороны "почистить" поочередно нижние и верхние зубы |
| Месим тесто | **"Месим тесто"** улыбнуться, пошлепать языком между губами — "пя-пя-пя-пя-пя...", покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения) |
| Чашечка | **"Чашечка"** улыбнуться, широко открыть рот высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т.е. слегка приподнять кончик языка) |
| Дудочка | **"Дудочка"** с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты) |
| Заборчик | **"Заборчик"** улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы |
| Маляр | **"Маляр"** губы в улыбке, приоткрыть рот кончиком языка погладить ("покрасить") нёбо |
| Грибочек | **"Грибочек"** улыбнуться, поцокать языком, будто едешь на лошадке прикососать широкий язык к нёбу |
| Киска | **"Киска"** губы в улыбке, рот открыт, кончик языка упирается в нижние зубы, выгнуть язык горкой упираясь кончиком языка в нижние зубы |
| Поймаем мышку | **"Поймаем мышку"** губы в улыбке, приоткрыть рот, произнести "а-а" и прикусить широкий кончи языка (поймали мышку за хвостик) |
| Лошадка | **"Лошадка"** приоткрыть рот, процокать "узким" языком (как цокают копытами лошадки) |
| Пароход гудит | **"Пароход гудит"** губы в улыбке, открыть рот, с напряжением произнести долгое "ы-ы-ы..." |
| Слоник пьёт | **"Слоник пьёт"** вытянув вперёд губы трубочкой, образовать "хобот слоника", "набирать водичку", слегка при этом причмокивая |
| Индюки болтают | **"Индюки болтают"** языком быстро двигать по верхней губе - "ба-ба-ба-ба..." |
|  |  |
| Качели | **"Качели"** улыбнуться, открыть рот, чередовать - кончик языка за верхние зубы, кончик языка за нижние зубы |
| Часики | **"Часики"** улыбнуться, открыть рот, кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой |
| Блинчик | **"Блинчик"** улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу |
| Вкусное варенье | **"Вкусное варенье"** улыбнуться, открыть рот, широким языком в форме "чашечки" облизать верхнюю губу |
| Шарик | **"Шарик"** надуть щёки, сдуть щёки |
| Гармошка | **"Гармошка"** улыбнуться, сделать "грибочек" (т.е. присосать шарокий язык к нёбу), не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать) |
| Барабанщик | **"Барабанщик"** улыбнуться, открыть рот, кончик языка за верхними зубами - "дэ-дэ-дэ..." |
|  |



Успехов Вам!