



## *Зачем нужна артикуляционная гимнастика*

Неправильное произношение звуков происходит из-за несовершенства артикуляционного аппарата. Так называют совокупность органов, участвующих в порождении звука: гортань, губы, язык, челюсть и др. И так же, как родители развивают физические данные ребёнка физкультурой, этим органам необходима гимнастика.

Целью артикуляционной гимнастики является развитие речевого аппарата, совершенствование и выработка его движений.

Всем ли она нужна, и зачем выполнять упражнения, если о дефектах речи говорить пока ещё рано? Всем. Детям 2 – 4 лет она поможет укрепить мышцы артикуляционного аппарата, обрести подвижность языка.



## *Основные правила гимнастики*

Занятия должны стать системой для вас и ребёнка, только регулярные тренировки могут дать результат. О чём ещё нужно знать:

- продолжительность проведения «зарядки для язычка» зависит от утомляемости крохи, но не более 10 минут;
- во время занятий малыш сидит перед зеркалом, чтобы видеть свой язык;
- никогда не принуждайте кроху, лучше превратите тренировки в игру;
- занятия проводятся в размеренном темпе, по 4 – 5 упражнений за сеанс;
- если малышу сложно повторить за вами артикуляционное движение, помогите ему ручкой чайной ложки;
- задача родителей следить за правильностью и плавностью выполнения действий, иначе гимнастика не имеет смысла.



## Статические упражнения

При их выполнении важно не только показать положение языка, но и удержать позу около 7 – 10 секунд.

«Лопатка». Широко открываем рот, «укладываем» расслабленный язычок на нижнюю губу.

«Грибочек». Присасываем к нёбу язык и насколько возможно открываем рот.

«Хоботок». Сомкнутые губы максимально вытягиваем вперед «трубочкой» и удерживаем в течение 5 – 10 секунд.



Хоботок слоненок тянет,  
Он вот-вот банан достанет.  
Губки в трубочку сложи  
И слоненку покажи.



## Динамические упражнения

Выполнение упражнений происходит под счет, где ритмично меняется положение органов речи.

«Часики». Приоткрываем рот и улыбаемся. Делаем язычок узким, его кончиком тянемся к уголкам рта.



«Качели». Открываем рот и тянемся язычком то к подбородку, то к носу.

«Где конфетка». Губы сомкнуты, поочередно упираемся языком в каждую щеку.

«Лошадка». Фиксируем язычок, как в упражнении «грибочек», и сильно цокаем.

Как видно, движения очень просты, и выполнять их можно даже без логопеда.